

## **Tiempo de Luna: Representaciones Sociales del Período Menstrual de la Comunidad**

### **Embera Chamí en el Resguardo Cristianía**

Claudia Patricia Santoliva Echeverri

Escuela de Humanidades

Facultad de Psicología

Universidad EAFIT

Medellín 17 de mayo de 2018

Nota del autor

Claudia Patricia Santoliva Echeverri, Escuela de Humanidades, Facultad de Psicología,

Universidad EAFIT

Asesor: Juan David López Fernández

Contacto: [clau.santoliva@gmail.com](mailto:clau.santoliva@gmail.com)

## Tabla de contenido

<b>Resumen.....</b>	<b>4</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>4</b>
<b>Planteamiento del Problema.....</b>	<b>5</b>
<b>Pregunta de Investigación.....</b>	<b>16</b>
<b>Justificación.....</b>	<b>16</b>
<b>Objetivos.....</b>	<b>18</b>
<b>Generales.....</b>	<b>18</b>
<b>Específicos.....</b>	<b>19</b>
<b>Marco Teórico.....</b>	<b>19</b>
<b>Antecedentes.....</b>	<b>19</b>
<b>Referentes Conceptuales.....</b>	<b>30</b>
<b>Método.....</b>	<b>39</b>
<b>Diseño De Investigación.....</b>	<b>41</b>
<b>Participantes.....</b>	<b>42</b>
<b>Instrumentos.....</b>	<b>43</b>

<b>Procedimiento.....</b>	<b>44</b>
<b>Aspectos Éticos.....</b>	<b>45</b>
<b>Limitaciones del Estudio.....</b>	<b>46</b>
<b>Resultados.....</b>	<b>46</b>
<b>Discusión.....</b>	<b>58</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>63</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>65</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>73</b>

## Resumen

La presente investigación propuso un acercamiento a las experiencias de mujeres y hombres de la comunidad Embera Chamí en el municipio de Jardín, Antioquia, Colombia respecto a la menstruación. El objetivo de esta investigación era comprender sus representaciones sociales sobre el período menstrual y para ello se recopilaron datos de cuatro líderes de la comunidad entre los rangos de edad 20-80 años, dos mujeres y dos hombres. La comunidad tiene la creencia de que la mujer es débil y posee poca habilidad para algunas tareas, por esto celebran el pârukâ, celebración de la menarca, que dota a la niñas de múltiples habilidades. También creen que la menstruación tiene una estrecha relación con la luna y que la menstruación es salud y vida. Las representaciones sociales que tiene la comunidad con relación a la menstruación están intrínsecamente relacionadas con su identidad indígena.

*Palabras clave:* Menstruación, menarca, representaciones sociales, cultura, prácticas culturales, comunidad Embera Chamí

Se realiza un análisis de las representaciones sociales de la comunidad Embera Chamí acerca del período menstrual. La información fue obtenida mediante entrevistas semiestructuradas a varios de sus líderes quienes opinaron que la menstruación es un proceso natural y una experiencia significativa para las mujeres. La conciben socialmente como un marcador de diferencia sexual entre lo femenino y lo masculino, y como parte fundamental de la vida de la mujer que le otorga salud, puesto que es un proceso en el cual ella se purifica y rejuvenece mediante la eliminación de desechos celulares que podrían llegar a ser peligrosos para sí misma y para los demás. Por lo expuesto, la experiencia de la menstruación es un fenómeno interesante de análisis, más aún que no ha sido lo suficientemente estudiado desde la disciplina psicológica.

En este proceso investigativo, se hace un recorrido que abarca distintas perspectivas, las cuales, en su mayoría, indican que la mujer es discriminada cuando está en su período menstrual ya que se la considera impura y se la limita, impidiéndole llevar a cabo múltiples actividades. Asimismo, se busca tener un acercamiento para comprender algunas de las prácticas de la comunidad indígena Embera Chamí con relación a este fenómeno, las cuales también involucran a los hombres.

### **Planteamiento del Problema**

A lo largo de la historia, la menstruación, proceso natural femenino, ha generado en diferentes culturas una serie de reacciones mayoritariamente negativas, limitando a la mujer a vivir y desarrollarse plenamente en múltiples aspectos de su vida. Diferentes perspectivas como la religión, investigaciones desde las ciencias sociales, la biología, la psicología y la etnografía, han sido determinantes a la hora de significar el período menstrual y todo lo que este conlleva. Tabúes, prejuicios e indiferencia de la sociedad han generado una fuerte discriminación hacia las mujeres al abarcar ámbitos tan importantes como la sexualidad, limitando la vida sexual en pareja, el discurso, no poder preparar ni manipular alimentos o verse excluidas de ciertas actividades religiosas, entre otros.

Las distintas religiones han segregado a la mujer frente a este proceso natural femenino, al incluir en su doctrina distintas normas que la limitan a participar en múltiples actividades dentro del ámbito ritual, moral y legal. Por ejemplo, Crawford, Menger y Kaufman (2014) refieren: “El Hinduismo en Nepal prohíbe que las mujeres que se encuentran menstruando, ingresen a la cocina o templos religiosos, compartir la cama con su esposo o tocar a un hombre. Durante la menstruación las mujeres son “intocables”” (p.426).

Asimismo, el Judaísmo rechaza a la mujer menstruante ya que concibe a la menstruación como algo *impuro y enfermo* (Levítico, 1987). Dentro de este libro, perteneciente al primer bloque del Antiguo Testamento, conocido como la Torá, se plasman *leyes de pureza* en las cuales se observa claramente la discriminación y segregación a la mujer que vive su fenómeno menstrual calificándolo de manera peyorativa. A continuación se observan algunas de las Leyes en las cuales se evidencian los calificativos considerados anteriormente:

20 También todo aquello sobre lo que ella se acueste durante su impureza menstrual quedará inmundo, y todo aquello sobre lo que ella se siente quedará inmundo (...) 24 Y si un hombre se acuesta con ella y su impureza menstrual lo mancha, quedará inmundo por siete días, y toda cama sobre la que él se acueste quedará inmunda. (Levítico 15: 20.24. Versión Jerusalén)

Estas leyes, según la perspectiva de Zinser y Anderson (2007), desvalorizan a la mujer, convirtiéndola en un acontecimiento contaminante, siendo estigmatizadas como “un mal innato” (p.46), dando cabida a la consideración que la naturaleza femenina en sí misma es mala, y debe ser excluida de los demás miembros de la comunidad religiosa.

En cuanto al Budismo, se puede constatar, como lo afirman Hunt y Kam-Tuck (2012), la igualdad entre el hombre y la mujer, puesto que se plantea que la única diferencia existente es física:

La sangre, desde la perspectiva budista, es simplemente un componente del cuerpo y no tiene cualidades especiales, incluido el potencial de deshorrar (...) No se puede afirmar que la sangre esté sucia o limpia cuando se comprende su verdadera naturaleza. (p. 126)

Adicionalmente, el Cristianismo ha sido influenciado por el Judaísmo en cuestiones doctrinales respecto a la limpieza y la pureza de la mujer, por lo tanto, considera el fenómeno de la menstruación como imperfección; así lo afirma Iglesias (2009):

Cuando estos conceptos judíos de impureza y peligro de la sangre menstrual entraron en contacto con la filosofía cristiana, se les relacionó inmediatamente con la imperfección de la mujer (...) Como ejemplo, en el primer concilio ecuménico realizado en Nicea, ciudad del Asia Menor, hoy Turquía, en el año 325 d.C, se prohibió la entrada en las Iglesias a las mujeres que estuvieran menstruando. (p.283)

En general, dentro de las religiones más representativas existen concepciones negativas acerca de la menstruación, que generan rechazo de la sociedad, debido a que estos fenómenos religiosos influyen en gran medida las representaciones sociales, emociones y acciones de la sociedad sobre la menstruación.

En el marco de las ciencias sociales, se han desarrollado varias investigaciones que han abordado el fenómeno de la menstruación. Es el caso de Aliaga (2007) afirma en su texto *Orden fálico: Androcentrismo y violencia de género en las prácticas artísticas del siglo XX*, lo siguiente:

La menstruación, tan denotada como contaminante en determinadas culturas, ha llevado incluso a apartar a las mujeres de la comunidad durante el tiempo que dura la regla, que es ocultada y tachada de sucia. La menstruación ha sido utilizada como el obstáculo, el pretexto para justificar la no intervención de las mujeres en algunas circunstancias y actividades, por ejemplo la de la caza en la prehistoria. (p.240)

A su vez Eraso (2015), en *Mujeres peligrosas. Menstruación y limpieza de sangre* inicia mostrando a los lectores cómo era concebida la menstruación desde el año 1761 cuando alude a la explicación del médico Jean Astruc sobre el origen de la enfermedad venérea a consecuencia de la menstruación: “La enfermedad venérea que se había originado a raíz de la “mala sangre” indígena, y en particular, de la sangre menstrual de las mujeres nativas americanas” (p.110).

Asimismo, se remarca la diferencia entre el sangrado de las mujeres europeas y el de las mujeres nativas americanas. Esta diferenciación se puede observar claramente cuando Eraso (2015) afirma que: “Más concretamente, el discurso de la limpieza de sangre existe en los textos de Astruc como el subsuelo que le permite distinguir una sangre limpia y purificadora (la europea) de una sangre contaminada (la indígena y la africana)” (p.113).

Adukia (2013), por su parte, introduce la "Hipótesis de la menstruación" (p.1) para analizar prácticas actuales de algunas culturas. Esta hipótesis afirma que este fenómeno crea un obstáculo para la escolarización femenina, lo que contribuye a las altas tasas de abandono entre las niñas en edad de pubertad en Etiopía. “Por ejemplo, se observó que las niñas faltaban a la escuela durante sus períodos menstruales cuando sus letrinas escolares carecían de una puerta” (p.9).

Un estudio realizado en Nepal afirma que: “Existe una gran falta de conocimiento, prácticas deficientes de higiene y actitudes negativas entre las adolescentes que necesitan ser abordadas, educando a las jóvenes y a sus madres (Kapoor y Khari, 2016, p.47).



Conjuntamente, Kapoor y Khari aseguran que:

Varias restricciones impuestas a las niñas que están menstruando y el secreto alrededor, las afectan psicológicamente, disminuyendo su autoestima y proporcionándoles sentimientos de vergüenza y disgusto. La mayoría de las niñas imponen auto-restricciones como ir a la escuela o jugar basándose en la creencia errónea de que son físicamente débiles en esos días. ( p. 43)

En Sudáfrica se constata que muchas niñas no asisten al colegio porque no tienen la posibilidad de acceder a un producto sanitario, por lo que se casan desde muy jóvenes, es decir, las únicas alternativas que tienen son: Ir al colegio o casarse (Jewitt y Ryley, 2014).

No solo la menstruación adquiere una connotación por ser un fenómeno visto e interpretado socialmente, sino que el punto de vista biológico juega un papel fundamental en el cuerpo femenino, ya que la perspectiva biológica marca diferencias físicas entre la mujer y el hombre, comprendiendo la menstruación como fenómeno característico femenino.

Desde la perspectiva biológica, a mediados del siglo XVI, la tradición médica mantenida por la Escolástica bajomedieval, otorgaba a la sangre menstrual la *propiedad ponzoñosa, naturaleza maligna, nociva y tóxica* (Cabré y Salmón, 2013). Asimismo, los autores incorporan la concepción venenosa e infecciosa de la menstruación cuando afirman en su libro *Sexo y género en medicina: Una introducción a los estudios de las mujeres y de género en ciencias de la salud* (2013):

Cuando las mujeres están menstruando, ciertos vapores corruptos procedentes del hervor de la sangre menstrual ascienden a la cabeza y son eliminados por los poros de los ojos.

Si una mujer se mira entonces en el espejo, éste se empañará con una nube de vaho.

(p.101)

El pensamiento médico también aseveraba que: “La menstruación era la purgación que necesitaban las mujeres para limpiar sus cuerpos de un exceso de humedad (...) (Cabré y Salmón, 2013, p.100) .

Desde la perspectiva médica, la menstruación es necesaria para las mujeres ya que cumple la función de limpiar su naturaleza tóxica y venenosa. Es una concepción despectiva que otorga propiedades nocivas a este fenómeno.

Según Iglesias (2009):

La menstruación es una función de los órganos genitales femeninos que aparece en la pubertad y que se repite de un modo periódico, aproximadamente cada mes. Se manifiesta por una serie de fenómenos, de los cuales el más visible es un flujo de sangre, que desde el útero, llega a la vagina y la vulva. (p.1)

De igual forma, se indica que este proceso hace parte del ciclo reproductor femenino, iniciando desde la pubertad hasta la vida adulta. Bech, Owen y Worden (2010) discuten acerca del origen de este fenómeno:

La sangre de la menstruación procede del interior de la matriz y, a través de la vagina, fluye al exterior. La regla dura entre 3 y 7 días y se presenta aproximadamente cada 28 días. Es decir, es un proceso complejo que implica a diferentes hormonas, los órganos sexuales femeninos y el sistema nervioso. (p.1)

La menstruación es concebida como un “(...) evento biológico normal experimentado durante gran parte de la vida de la mujer desde la pubertad hasta la menopausia, la cual consiste en una descarga mensual de sangre y desechos celulares del útero por mujeres no embarazadas” (Crawford et al., 2014). Igualmente, se presentan “cambios sexuales secundarios en sus cuerpos (ensanchamiento de caderas, cola, crecimiento de los senos, salida de vello púbico y axilar)” (UNICEF, 2015, p.15).

Desde el punto de vista psicológico, se etiqueta a la mujer de “imperfecta”, “fría”, “húmeda” (Iglesias, 2009). (Galeno, siglo II d.C. citado en Iglesias, 2009) pensaba que “(...) la menstruación aparecía debido a la imperfección de la mujer, por su falta de calor (...)” (p. 283).

En el texto *La Menstruación: Un asunto sobre la Luna, venenos y flores* (2009), Iglesias cita a Plinio, El viejo:

Cosas terribles se han dicho acerca del monstruoso poder de las menstruaciones, cuya magia ya he discutido, de las que puedo repetir lo siguiente sin vergüenza: Si la fuerza de la mujer comienza a fluir en un eclipse solar o lunar el daño será irremediable, y aun si no hay Luna, la relación sexual es pestífera o fatal para el hombre; la púrpura es contaminada por mujeres menstruando. Así de grande es su fuerza. Pero en otras ocasiones durante el período menstrual, si las mujeres caminan desnudas a través del campo, gusanos, escarabajos y otras pestes se eliminan. (Plinio, 1966, citado en Iglesias, 2009, p.283)

También existe la concepción de que la menstruación está relacionada con temas del demonio y representa múltiples riesgos para la mujer: “...el periodo de la pubertad está

frecuentemente repleto de demonios; ella está expuesta a irregularidades de su menstruación, y amenazada severamente de sus consecuencias” (Iglesias, 2009).

Iglesias (2009) alude al término acuñado por Bela Schick “menotoxinas” - la característica de toxicidad bacteriana (p.284) de la sangre de las mujeres menstruantes ya que “secaban plantas, cambiaban el vino, causaban que la cebada se cayera, todo debido a los componentes químicos en su sangre menstrual” (p.284).

Desde una perspectiva etnográfica, se identifica que la menstruación tiene diversas concepciones:

En el caso de Colombia, a partir de la investigación de Alarcón, Alarcón y Fuentes (2006) *Creencias, actitudes y vivencias mágicas alrededor de la menstruación entre las mujeres de Bucaramanga, Colombia*, se concluye que en el año 2006, de las 1.726 respuestas que se obtuvieron acerca de los efectos de la menstruación, 19.2% de las mujeres aumenta sus preocupaciones durante el período menstrual y les da intranquilidad. También se muestran ciertas creencias que tienen las mujeres de Bucaramanga que fueron entrevistadas sobre los efectos de la sangre menstrual untada a su esposo o compañero sentimental. Existe la creencia de que untar la sangre “quita el acné al hombre (...), 323 mujeres decían que servía para “la picadura de serpiente”, se cree que evita la indigestión (28 mujeres)” (p.23).

En Bucaramanga, según la población estudiada, se perciben las relaciones sexuales durante la menstruación como una vivencia sucia ya que “se debe respetar a la mujer en esos días”, “es una imprudencia”, “son días de descanso”, “es antihigiénico”, “son cochinas” y “me dan asco” (Alarcón et al., 2006). Estas percepciones muestran las tendencias de rechazo que se presenta en las mujeres entrevistadas de compartir sus vidas sexuales con su pareja.

Alarcón et al. (2006) mencionan el miedo que presentan las mujeres en este período menstrual ya que ellas manifiestan: “lastiman la vagina”, “el hombre se enferma”, “al hombre le va mal en los negocios/en el trabajo en esos días”, “el hombre se puede enloquecer por un tiempo” (p.24). Únicamente, un 9.5% de las mujeres entrevistadas afirmaron aceptación o gusto al compartir con su pareja durante su período. Frases como “evitan el embarazo”, “la sangre es lubricante”, “a los hombres jóvenes no les importa”, “son ricas excepto el sexo oral”, entre otras (Alarcón et al., 2006), muestran que existen dualidades de percepciones, siendo de igual manera, en su mayoría, percepciones negativas sobre la menstruación y viéndola como un obstáculo para vivir plenamente la sexualidad (Alarcón et al., 2006).

Dentro del estudio *Higiene menstrual en las niñas de las escuelas del área rural en el pacífico colombiano* (2015) realizado por UNICEF Colombia con comunidades indígenas de Bagadó ubicado en el departamento del Chocó, Santander de Chicadó en el departamento del Cauca e Ipiales en el departamento de Nariño, se considera la menstruación como un tabú y, por lo tanto, no se debe hablar de ella. Además, “las niñas adolescentes son aisladas y alejadas de actividades, pues la menstruación es entendida como un factor contaminante de los alimentos, así como una presencia que pone a prueba la higiene y cuidado de las mujeres”. El 81% de las niñas que participaron en esta investigación, se encontraban entre octavo y décimo grado.

También se concibe la menstruación como ese paso entre la infancia y la adolescencia, dando cabida a la maternidad. En el siguiente estudio se clarifica esta idea:

La menstruación también es entendida como un paso de niña a “señorita”, un cambio de estatus, una señal de inicio de la fertilidad y de la posibilidad y peligro de las

adolescentes de ser madres, situación que genera ansiedad y miedo al interior de las familias. (UNICEF Colombia, 2015)

Para las comunidades indígenas entrevistadas en Ipiales, la menstruación es un ciclo femenino que conlleva cambios en el estado anímico, siendo esta concepción negativa.

La menstruación también es comprendida como un ciclo, una “cosa” que les sucede a todas las mujeres, haciéndoles cambiar el estado de ánimo, y generando debilidad en sus cuerpos. En sentido negativo es un castigo una situación que hay que soportar, una enfermedad. En tanto ciclo, hay lecturas desde cosmologías indígenas (Ipiales) que equiparan la menstruación con el ciclo lunar, por tanto se prescriben actividades de acuerdo con las fases de la luna” (UNICEF Colombia, 2015).

Según Merienne (2016), en su investigación *Un acercamiento etnográfico a los significados de la sangre femenina a partir de tres generaciones de mujeres en Ráquira-Boyacá*,

...al estudiar el caso de las mujeres de la vereda Resguardo Occidente, ubicada en el municipio de Ráquira-Boyacá, fue posible observar que la menstruación está relacionada con aspectos como el parentesco, los rituales de paso, las sexualidades, la higiene femenina, la reproducción, la religión y la hechicería, entre otros.

Adentrándose en la comunidad indígena Embera Katío, a partir de una investigación sobre las relaciones de pareja entre hombres y mujeres en algunas historias del origen del pueblo, que se realizó por estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad de Antioquia, se observa que las indígenas no continúan con las actividades cotidianas al encontrarse menstruando:

Para sacar el colino del plátano y sembrarlo lo hacen en el tiempo de menguante, las mujeres durante su menstruación no pueden tocar plantas porque se apestan y mueren; ellas dicen en Embera *bedea jedeko unduchubúa* (estoy con la menstruación), no pueden mirar a la luna porque les da *pai* (paños en la cara). (Domico, 2010)

Igualmente en el estudio realizado por Domico (2010), se narra que “a las mujeres jóvenes, durante su primer período, se les hace un cuidado especial porque se cree que ellas tienen llagas todo su cuerpo está delicado; como cuando una mujer está en dieta, las encierran en una pieza en el tambo durante ocho días y no se le permite comer nada caliente, para evitar que se le caigan los dientes o les dé caries” (p.70). Esta iniciación a la vida adulta, recibe el nombre de *Jemené*, ritual que se le hace a la niña cuando llega su primer periodo menstrual, casi siempre cuando cumple 12 años.

Se han realizado distintos acercamientos a la comunidad indígena Embera buscando comprender los cambios en prácticas y creencias de esta y el desconocimiento de su propia historia con sus repercusiones. Tapasco (2008) realiza un estudio llamado *El desplazamiento del Embera Chamí, y su nueva cotidianidad en la ciudad de Pereira: Una mirada desde una comunidad indígena asociada, con las políticas de desplazamiento* en el cual aborda múltiples temas como posibles causas de desplazamiento de esta comunidad hacia Pereira; el indígena y su nueva cotidianidad en la ciudad; salud en la comunidad, estado de nutrición en los niños, salud tradicional en la comunidad, planificación familiar; educación en la comunidad Embera, entre otros. Esto muestra que hasta el momento no se ha investigado la relación que tiene la comunidad Embera Chamí con la menstruación.

Otro estudio ejecutado por Mora, Grisales y Restrepo en el año 2016, investiga sobre *La identidad de la comunidad indígena Embera Chamí y Dobidá en Medellín. Un proceso de aculturación*, concluye:

(...) se puede decir que en la búsqueda de este proceso investigativo se logró comprender cómo los indígenas Embera Chamí y Dobidá asumen los cambios en el proceso de aculturación cuando llegan a la ciudad de Medellín, en referencia con sus tradiciones, creencias, costumbres, vestuario, lenguaje nativo y cosmovisión. La mayoría de los indígenas Embera Chamí y Dobidá en la ciudad han reemplazado sus tradiciones ancestrales como sus ritos, su estética corporal, su alimentación, entre otras por la cultura moderna, dejando a un lado sus danzas y ceremonias que los identifica por otras formas de compartir en la ciudad. (p.135)

En este orden de ideas, surge el deseo de acercarse a la comunidad indígena Embera Chamí, ubicada en el Resguardo Cristianía (que pertenece al Municipio de Jardín, en el Departamento de Antioquia, Colombia) para conocer su cosmovisión acerca de la menstruación y observar qué significados le otorgan a este fenómeno femenino.

### **Pregunta de Investigación**

¿Cuáles son las representaciones sociales del período menstrual de la comunidad Embera Chamí en el Resguardo Cristianía, Jardín, Antioquia, Colombia?

### **Justificación**

Para la Psicología es importante realizar una investigación sobre la significación de la menstruación ya que es un fenómeno inherente a la mujer que la impacta en múltiples aspectos:



biológicos, socio-culturales, psicológicos, entre otros. Adicionalmente, establece un carácter diferenciador entre lo femenino y lo masculino, generando en algunas culturas segregación, discriminación y rechazo hacia la mujer menstruante. Al tener la psicología como objeto de estudio al ser humano y múltiples factores que atraviesan su vida, es relevante acercarse a comprender la complejidad de las prácticas derivadas del fenómeno de la menstruación que viven varias mujeres en el mundo, las cuales también involucran a los hombres.

Desde otras disciplinas, como la sociología y la antropología se ha estudiado este proceso, de la misma forma la psicología puede, desde sus fundamentos y bases teóricas, aportar a una comprensión e indagación sobre las representaciones sociales del período menstrual ya que esta disciplina estudia al individuo y lo subjetivo como potencialidad de percibir un acontecimiento de manera particular. Adicionalmente, puede realizar un acercamiento a la comunidad a través de métodos distintos de investigación que incluyan una mirada clínica, escucha activa y haciendo uso del método analítico sobre el discurso de los participantes. Por lo tanto, es un motivo para ejecutar la presente investigación.

En Colombia, el estudio de la menstruación constituye un área de investigación poco abordada desde la psicología. Sin embargo, con esta investigación se pretende, a partir de la visita a la comunidad Embera Chamí, comprender desde su cosmovisión la relación que tienen con el período menstrual.

Tras llevar a cabo una revisión bibliográfica, se han encontrado estudios acerca de algunas comunidades indígenas; sin embargo, aún no se cuenta con información sobre las representaciones sociales que tiene la comunidad Embera Chamí acerca de la menstruación. Por

lo tanto, es un tema desconocido y al ser un proceso femenino que se vive mensualmente, se debe prestar atención y ser un foco de estudio.

Igualmente, se busca posibilitar un espacio de reflexión y verbalización de este proceso con cuatro de sus líderes de su comunidad ya que, a partir de la palabra y los silencios, surgen elementos que se van construyendo mientras fluye el discurso y se va tomando conciencia, lo que va a permitir un acercamiento a lo que evoca la menstruación para la comunidad.

Las comunidades indígenas han vivenciado procesos socio-históricos que han provocado cambios en sus condiciones de vida y sus cosmovisiones, por lo cual, se busca comprender las representaciones sociales actuales predominantes sobre este período.

Las culturas indígenas disfrutaban de una cercanía con la naturaleza, por lo tanto, el entorno en el que se encuentran incide en su historia, tradiciones, entre otros, y conforman una cosmovisión característica, desconocida y ajena para las zonas urbanas.

De esta manera, la investigación es direccionada a una población de la que no existen suficientes estudios. Se desea observar qué piensan y sienten los líderes y lideresas sobre el período menstrual ya que es importante ver cómo este fenómeno tiene repercusiones en sus dinámicas.

## **Objetivos**

### **General**

- Comprender las representaciones sociales presentes en la comunidad Embera Chamí radicada en el Municipio de Jardín respecto al período menstrual

## **Específicos**

- Identificar las creencias y afectos de la comunidad asociadas al período menstrual
- Indagar las acciones y comportamientos de la comunidad respecto al período menstrual

## **Marco Teórico**

Por medio del marco teórico se contextualizaron conceptos, teorías e investigaciones para enfocarse en responder la pregunta de investigación. La finalidad fue facilitar el trabajo de la investigadora ordenando la información para obtener mejores resultados.

## **Antecedentes**

El fenómeno de la menstruación ha sido estudiado por varios autores desde distintas disciplinas. Se realizó un barrido bibliográfico para recoger información valiosa sobre el tema que se propone desarrollar: «Tiempo de Luna: Representaciones Sociales del Período Menstrual de la Comunidad Embera Chamí en el Resguardo Cristianía», ya que lleva a comprender la importancia que tiene este período en la vida de las mujeres y los hombre de esta comunidad.

Estos estudios muestran concepciones mayormente negativas sobre la menstruación, tanto en hombres como en mujeres y cómo esto influye al ser un limitante de un desarrollo pleno para las mujeres, encerrándolas a sentir vergüenza por su propio cuerpo (Crawford et al., 2014). Estas concepciones se pueden clasificar en cinco categorías: Prejuicios, desconocimiento, maternidad, estigma y cambios psicológicos. A continuación se presentarán algunos de los trabajos de investigación llevados a cabo en torno al tema del período menstrual.

“Girls' experiences of menarche and menstruation” (Experiencias de las niñas sobre la menarca y la menstruación) fue ejecutada por Burrows y Johnson en el año 2015. En este estudio participaron nueve niñas entre los 12 y 15 años y fueron entrevistadas para ver cómo construyen el conocimiento en torno a la menarca y la menstruación en las interacciones sociales y contextos específicos. Estos procesos se construyeron en gran parte como algo embarazoso, vergonzoso y que se debe ocultar, específicamente dentro del contexto escolar. La menstruación también se construyó como enfermedad y evento patológico a partir de los discursos médicos ya que implica incomodidad e inestabilidad emocional. Se obtuvo como resultado que las niñas, previo a tener la experiencia directa de menstruar, internalizan la idea de que esta es sinónimo de enfermedad al creer que viene acompañada de incomodidad física, mayor emocionalidad y cambios de humor.

En 2005 Schooler, Ward, Merriwether y Caruthers llevan a cabo una investigación “Cycles of Shame: Menstrual Shame, Body Shame, and Sexual Decision-Making” (Ciclos de la vergüenza: Vergüenza menstrual, vergüenza corporal y toma de decisiones sexuales) que halló que si bien se han implicado numerosos factores en la toma de decisiones sexuales de las mujeres, se ha prestado menos atención a cómo sus sentimientos sobre el cuerpo y las funciones reproductivas afectan estas decisiones. En este estudio participaron 199 mujeres de pregrado y se obtuvo como resultado que se vincula la vergüenza menstrual a los niveles más bajos de actividad sexual y mayores niveles de riesgo sexual. La vergüenza acerca de la menstruación a menudo se extiende a la vagina y sus alrededores ya que muchas mujeres las consideran inefables y desagradables.

La tercera es una investigación realizada por Salazar, Vázquez y Rojo en el año 2001 titulada “Significado de la menstruación en las adolescentes”. Las jóvenes construyeron un conocimiento sobre la menarca, sus características, origen, función y relación con el embarazo,

aunque pueden ser nociones en ocasiones incorrectas ya que por tratarse de un tabú, no hay mayor información de sus padres. La concepción que predomina sobre la función de la menstruación es que: “(...) es una función de limpieza, permite la salida del óvulo, indica embarazo, es una función fertilizante, desahogo sexual que se presenta mensualmente en las mujeres y en algunos casos se desconoce su función exacta” (p.65).

Garg y Anand elaboraron una investigación en el 2015 titulada “Menstruation related myths in India: strategies for combating it” (Mitos relacionados con la menstruación en la India: estrategias para combatirlos). El estudio concluye que la menstruación es un fenómeno exclusivo que a lo largo de la historia ha estado rodeado de tabúes y mitos que excluyen a las mujeres de muchos aspectos de la vida socio-cultural. El objetivo de la investigación era discutir los mitos relacionados con la menstruación en la India y su impacto en la vida de las mujeres. “Se observa que los mitos son también las creencias culturales de impureza asociada con la menstruación. Se cree además que las mujeres que menstrúan son *antihigiénicas* y *sucias*, y de ahí la comida que preparan o manipulan puede contaminarse” (p.184).

“The Rhetoric of the Modern American Menstrual Taboo” (La retórica del tabú menstrual americano moderno) es una investigación efectuada por Thomas en el 2008 que trata sobre cómo las películas conectan visualmente la imagen de la sangre y la menstruación a la lógica del mal, el peligro, la vergüenza, y la suciedad reproduciendo así el tabú menstrual. Este estudio concluye que “(...) las estructuras sociales, las creencias culturales y las ideas populares etiquetan los fluidos de las mujeres como abyectos y codifican los fluidos de los hombres, como el semen, como no amenazantes y purificadores” (p.14).

Donmall realizó una investigación en el 2013, titulada “What it means to Bleed: An Exploration of Young Women's Experiences of Menarche and Menstruation” (Lo que significa

sangrar: Una exploración de las experiencias de menarquía y menstruación de las mujeres jóvenes). Esta tiene una perspectiva psicoanalítica, en la cual se observa la menstruación como una parte del desarrollo psicosexual femenino. Se utilizan entrevistas semiestructuradas con seis mujeres jóvenes para explorar las experiencias individuales de la menarquia y la menstruación. Los datos se analizaron utilizando la narrativa, el análisis temático y las interpretaciones. Se obtienen tres conclusiones centrales:

(1) El papel de la madre en la negociación de la menarquía; (2) la dificultad de períodos irregulares y el temor de que algo interno ha 'ido y funciona mal'; (3) el enlace a las ideas de desorden, la suciedad y la vergüenza, potencialmente reflejo de vivir la sexualidad. (p.202)

“Ambivalent sexism, attitudes towards menstruation and menstrual cycle-related symptoms” (Sexismo ambivalente, actitudes hacia la menstruación y los síntomas relacionados con el ciclo menstrual) es una investigación realizada por Marván, Vázquez y Chrisler en el año 2014. Este estudio tomó como muestra a ciento seis mujeres mexicanas que completaron el *Inventario ambivalente de sexismo y el cuestionario de las creencias y las actitudes hacia la menstruación y su angustia*. Se observó que las mujeres entrevistadas tienen una concepción negativa de todo lo que rodea al período menstrual. Esto se clarifica cuando en el estudio se afirma que: “Existen estereotipos de mujeres menstruantes y premenstruales como llorosas, tensas, débiles, físicamente enfermas, mentalmente inestables, fácilmente enfurecidas, fuera de control y potencialmente violentas”.

“The perception of menarche and menstruation among turkish married women: attitudes, experiences, and behaviors” (La percepción de la menarca y la menstruación entre las mujeres casadas turcas: actitudes, experiencias y comportamientos) realizado en el 2010 por Sayan,

Çevirme, Karaoğlu, Uğurlu y Korkmaz, tenía como objetivo determinar las experiencias, conductas y actitudes de 586 mujeres turcas casadas en edad de fertilidad hacia la menstruación. El 64,2% describió su menarquía como una experiencia desfavorable. Un total de 48,8% de ellas sintieron que tenían que mantener su menstruación como un secreto, y el 2,2% cree que menstruar era un castigo dado por Dios. Las relaciones sexuales durante la menstruación fueron vistas como desfavorables por el 80,9%. Se encontró que el estado de la menarquía limita la vida de las mujeres en las esferas públicas e individuales. Por ello, “se sugiere que la menstruación se debe evaluar no solo en el ámbito de la salud de la mujer, sino también como una cuestión social y la accesibilidad a la información sobre la menstruación debe mejorarse” (p.381).

El estudio descriptivo que se ejecuta en el 2016 por Leena “A Descriptive Study on Cultural Practices about Menarche and Menstruation” (Un estudio descriptivo de prácticas culturales sobre la menarca y la menstruación) se realizó con el objetivo de identificar las prácticas relacionadas con la menarca y la menstruación en las mujeres y observar las diferencias en los comportamientos de las distintas religiones. Los resultados del presente estudio revelaron que la mayoría de los hindúes creen que la menstruación es impura y siguen diferentes prácticas. La autora subraya que:

Aunque la menstruación es un proceso natural, está relacionada con varios conceptos erróneos y prácticas que en algún momento deriva en un resultado de salud adverso. El mayor conocimiento sobre la menstruación desde la infancia puede intensificar las prácticas seguras y puede ayudar a mitigar el sufrimiento a millones de mujeres. (p.10)

El décimo trabajo recopilado, “The menstrual mark: Menstruation as social stigma” (La marca menstrual: la menstruación como estigma social), fue realizado por Johnston y Chrisler en el año 2011. En este trabajo teórico:

Se demuestra, en la revisión de la literatura psicológica en relación con las actitudes y experiencias de los jóvenes y las mujeres predominantemente estadounidenses, que el estado estigmatizado de la menstruación tiene importantes consecuencias para su salud, la sexualidad y el bienestar. (p.3)

Grose y Grabe llevaron a cabo un estudio en el año 2014, titulado “Sociocultural attitudes surrounding menstruation and alternative menstrual products: the explanatory role of self-objectification” (Actitudes socioculturales en torno a la menstruación y los productos alternativos menstruales: el papel explicativo de la auto-objetivación). Las reacciones al ciclo menstrual son predominantemente negativas. Este estudio reveló actitudes hacia la menstruación mediadas por la auto-objetivación y reacciones de las mujeres al ciclo menstrual.

Los autores concluyen:

(...) muchas mujeres adoptan una visión androcéntrica de menstruación caracterizada por estigma, negatividad y objetivación sexual (...) las mujeres pueden poner inadvertidamente en peligro su salud física al usar productos desechables porque otras alternativas requieren más contacto y comodidad con el cuerpo y sangre menstrual. (p.690)

Por otro lado, Crawford et al. (2014) ejecutan una investigación desde el Departamento de Psicología en la Universidad del Estado de Colorado, titulada “‘This is a natural process’: managing menstrual stigma in Nepal” (Este es un proceso natural: manejando el estigma menstrual en Nepal). Este estudio se enfoca en Nepal, aludiendo al Hinduismo que tiene una serie de prohibiciones para las mujeres que están menstruando como “(...) no permitir la entrada a templos, la cocina, evitación de contacto con cualquier hombre y no compartir la cama con su esposo. Se define a las mujeres como *intocables*” (p.426).



La decimocuarta investigación encontrada, fue realizada por Chrisler, Marván, Gorman y Rossini en el año 2015, titulada “Body appreciation and attitudes toward menstruation” (Apreciación corporal y actitudes hacia la menstruación). Tomó como muestra 72 mujeres de Estados Unidos y consultó sobre sus actitudes hacia la menstruación: “Cuando se les preguntó a los participantes con qué frecuencia preferirían menstruar si podían elegir, solo el 18.6% dijo que prefieren menstruar mensualmente...una cuarta parte de las mujeres (25.7%) dijeron que preferían nunca menstruar” (p.80).

Jewitt y Ryley por su parte plasman una investigación en el año 2014, titulada “It’s a girl thing: menstruation, school attendance, spatial mobility and wider gender inequalities in Kenya” (Es una cosa de chicas: menstruación, asistencia escolar, movilidad espacial y desigualdades de género más amplias en Kenia). La investigación expone cómo las niñas deben ausentarse de la escuela ya que la menstruación sigue siendo un tabú que continúa perpetuando desigualdades de género. Se concluye que:

El inconveniente/dolor de la menstruación puede ser importante, al igual que las normas de género más amplias que otorgan a las niñas la responsabilidad de trabajar en el hogar o en el campo y restringir su movilidad, a medida que maduran, en un intento de prevenir embarazos no deseados. (p.145)

La decimosexta bibliografía, “Experiences and Attitudes Related to Menstruation among Female Students” (Experiencias y actitudes relacionadas con la menstruación entre las estudiantes), tomó como muestra 245 chicas de la Universidad Quaid-i-Azam en Islamabad, Pakistán con un rango de edad entre 16-21 años y se llevó a cabo en el año 2012 por Aflaq y Jami. Estos autores concluyen que: “(...) estados de ánimo deprimidos, letargo, sueño irregular, apetito perturbado, tensión/ansiedad (...) (p.210), están presentes durante el período menstrual.

Iglesias efectuó en el año 2009 una investigación titulada “La menstruación: Un asunto sobre la luna, venenos y flores” donde se hace referencia a creencias y teorías de que el período menstrual tiene una estrecha relación con el ciclo lunar porque desecha elementos del organismo que en épocas antiguas (600 a.C-Siglo I d.C) se consideraban como peligrosos para los demás. Para clarificar esta relación, se contempla el origen y etimología de ambas palabras. “El origen de la palabra menstruación está relacionada con la luna, ya que deriva del griego *men*, menos, el mes, mes lunar; de *mené*, es, la luna” (p.280). La luna alude a lo femenino, a lo que *carece de luz propia*, que atraviesa múltiples fases y cambia de forma. “La palabra luna deriva del latín *Luna-ae*, la Luna; por contracción de *lucina*, lo relativo al nacimiento, o dado a la luz; del *luceo*, *xi*, *ere*, lucir, dar a luz, brillar, es decir, todo lo relativo al nacimiento” (p.280).

Tras el estudio “Adolescent Girls Define Menstruation: A Multiethnic Exploratory Study” (Las adolescentes definen la menstruación: un estudio exploratorio multiétnico) efectuado por Orringer y Gahagan en 2010, se detecta que “existe comprensión incompleta de la menstruación de las niñas, lo que las pone en situación de riesgo hacia las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y embarazos no deseados” (p.831). Los factores sociales y culturales juegan un papel importante en la transmisión del conocimiento menstrual.

Distintas entidades de la salud como American Academy of Pediatrics y American College of Obstetricians and Gynecologists realizan una investigación en el año 2006, titulada “Menstruation in girls and adolescents: using the menstrual cycle as a vital sign” (La menstruación en niñas y adolescentes: usando el ciclo menstrual como un signo vital) que recalca la importancia de educar tanto a padres como a jóvenes sobre el sangrado *normal* y *anormal* en las diferentes etapas de la vida de una mujer para prevenir patologías. En el estudio se indica

que: “El ciclo menstrual se comprende como un signo vital y de evaluación para el desarrollo normal en todas las dimensiones de la vida de una mujer” (p. 2245).

La investigación recalca la importancia de incluir a la menstruación como un signo vital y de tenerlo presente en las citas médicas para poder tener un panorama general de la salud.

El vigésimo segundo trabajo bibliográfico seleccionado, fue elaborado por Kapoor y Khar en el año 2016, titulado “Knowledge, Attitude and Socio-cultural Beliefs of Adolescent Girls Towards Menstruation” (Conocimiento, actitud y creencias socioculturales de las adolescentes hacia la menstruación). Participaron 100 adolescentes de la India que ya habían vivenciado la menarca y fueron entrevistadas mediante un cuestionario semiestructurado para evaluar sus conocimientos sobre la menstruación. Los resultados demuestran que: “La mayoría de las niñas desconocen la menarca y el sangrado menstrual antes de que lo experimenten por primera vez y no están preparadas mental ni emocionalmente” (p.42).

La vigésima tercera bibliografía llevada a cabo por Sommer, Chandraratna, Cavill, Mahon y Phillips en el año 2016, titulada “Managing menstruation in the workplace: an overlooked issue in low- and middle-income countries” (Manejar la menstruación en el lugar de trabajo: un tema que se pasa por alto en los países de bajos y medianos ingresos) muestra la insuficiente atención frente al tema de la higiene menstrual y cómo ello puede afectar el bienestar de las mujeres en sus lugares de trabajo. “La higiene menstrual debe involucrar a profesionales que promuevan los derechos de las niñas y las mujeres” (p.4).

En el año 2013, Mohamadirizi y Kordi realizaron un estudio “Association between menstruation signs and anxiety, depression, and stress in school girls in Mashhad in 2011-2012” (Asociación entre los signos de la menstruación y la ansiedad, la depresión y el estrés en las

niñas de la escuela en Mashhad en 2011-2012) transversal con 407 niñas de escuela secundaria en Mashhad. Se aplicó un cuestionario evaluando varios signos de la menstruación en sus tres fases. Los datos mostraron que las niñas tienen ansiedad, depresión y estrés cuando están en su período. Se abordan distintos desórdenes menstruales como “irritabilidad, senos sensibles, dolor lumbar, brotes de piel, fatiga, palpitaciones, aislamiento social, náuseas y vómitos, dolor abdominal (calambres) y debilidad general que ocurre antes, durante o después de la menstruación” (p.402).

“Emotional and Psychosocial Aspects of Menstrual Poverty in Resource-Poor Settings: A Qualitative Study of the Experiences of Adolescent Girls in an Informal Settlement in Nairobi” (Aspectos emocionales y psicosociales de la pobreza menstrual en contextos pobres: Un estudio cualitativo de las experiencias de las adolescentes en un asentamiento informal en Nairobi) realizado por Crichton, Okal, Kabiru y Zulu en el año 2013, realizó un estudio acerca del estado psicológico de un grupo de adolescentes en un asentamiento urbano en Kenia, introduciendo el concepto de “pobreza menstrual”. Este concepto tenía como objetivo exponer las múltiples necesidades y privaciones relacionadas con la menstruación. Tras la investigación se determinó que “la *pobreza menstrual* implicaba desafíos prácticos y psicosociales que afectaban a las niñas en el hogar y en la escuela. Los impactos emocionales comprendieron ansiedad, vergüenza, miedo al estigma y bajo estado de ánimo” (p.892).

El artículo “Menstruation During a Lifespan: A Qualitative Study of Women’s Experiences” (La menstruación durante la vida útil: un estudio cualitativo de las experiencias de las mujeres) se enfoca en mostrar lo positivo de compartir este proceso femenino. Brantelid, Nilvér y Alehagen llevan a cabo una investigación en el 2014 con 12 mujeres entre los 18 años

de edad en Suecia en la cual se concluye: “La menstruación es un fenómeno natural para las mujeres en edad fértil y es una experiencia única durante sus años reproductivos”.

Vásquez y Carrasco (2016) ejecutaron un estudio “Significados y prácticas culturales de la menstruación en mujeres Aymara del norte de Chile. Un aporte desde el género a los estudios antropológicos de la sangre menstrual” que buscaba conocer los significados y prácticas que las distintas sociedades tienen en torno a la sangre menstrual, se evidenció el desconocimiento o información insuficiente sobre este proceso.

Gran parte de los testimonios de las mujeres adultas mayores concuerdan en la escasez de conocimientos que obtuvieron respecto de la sangre menstrual, y solo algunas de ellas señalan a la familia como único transmisor de saberes respecto de la menstruación.

El último estudio “Putting menarche and girls into the global population health agenda” (Incorporar la menarca y las niñas en la agenda de salud de la población mundial) realizado por Sommer, Sutherland y Mouli en 2015, habla sobre la menarca como “Proceso que marca el inicio de la menstruación y es una parte fundamental de la transición de la infancia a la adolescencia en las niñas” (p.1).

Se demuestra que las niñas experimentan este cambio sin suficiente información y apoyo en muchos países. “Durante demasiado tiempo, la comunidad sanitaria mundial ha pasado por alto la oportunidad que presenta la menarquía (...). Existen programas, sin embargo, son escasos” (Sommer et al., 2015, p.1).

## Referentes Conceptuales

Se parte de la revisión teórica de los conceptos claves que son: Representaciones sociales, menstruación, cultura y generalidades sobre la comunidad Embera Chamí, los que permitirán orientar el estudio.

**Representaciones sociales.** El ser humano al nacer se inserta en una cultura ya existente que le permite tener creencias, visiones, comportamientos, entre otros, particulares del mundo. Este se encuentra en la necesidad de relacionarse con su entorno e interpretarlo para poder convivir con él. Para ello, busca obtener conocimiento de la realidad utilizando el sentido común y convertir lo extraño en familiar, es decir, hacer la realidad convencional y accesible a un significado común. Según Hernández (2005), Reid comprende el sentido común como la forma humana de percibir, entender y actuar en el mundo. Esto es posible por principios que posibilitan *juzgar* los objetos y procesos del mundo, de la manera que se considera adecuada, es decir, poseer sensatez, el buen sentido o el buen juicio.

Por su parte, Livi (1995) define al sentido común como un saber y conocimiento común, es decir,

(...) Aquello que todos espontáneamente saben y piensan respecto a lo que todos poseen en común como personas humanas: tanto en el ámbito de la situación ontológica (de su ser-en-el-mundo), como en la esfera de los imperativos éticos y de los valores (deber-ser, deber-obrar, deber-elegir). (p.51)

En el libro de Moscovici *El psicoanálisis: su imagen y su público* (1979) se efectúa una primera aproximación a lo que hoy en día representa uno de los enfoques clave para el estudio de los fenómenos sociales. Allí, el autor introduce el concepto de *representación social*, definido

como “modalidades particulares del conocimiento, cuya función es la elaboración de los comportamientos y la comunicación entre los individuos” (p.17).

Piñero (2008) menciona a Serge Moscovici en su estudio *La teoría de las representaciones sociales y la perspectiva de Pierre Bourdieu: Una articulación conceptual* “Al considerar las representaciones sociales como una forma de conocimiento compartido socialmente, Moscovici (1979) alude no solo al carácter eminentemente social de las representaciones, sino además a su naturaleza individual y psicológica” (Moscovici, 1979 citado, en Piñero, 2008, p.4). Asimismo, menciona a Denise Jodelet que destaca el carácter psicológico de la representación social al conceptualizarla como “una forma de conocimiento específico, el saber de sentido común, cuyos contenidos manifiestan la operación de procesos generativos y funcionales socialmente caracterizados. En sentido más amplio, designa una forma de pensamiento social” (Jodelet, 1986 citada en Piñero, 2008, p.4).

En el texto *Las representaciones sociales: un referente teórico para la investigación educativa* escrito por Materán (2008), se hace alusión al psicólogo social rumano Moscovici cuando brinda una definición de las representaciones sociales. Allí plantea que son:

(...) sistemas cognitivos con una lógica y lenguaje propios (...) No representan simples opiniones, imágenes o actitudes en relación a algún objeto, sino teorías y áreas de conocimiento para el descubrimiento y organización de la realidad (...) Sistema de valores, ideas y prácticas con una doble función; primero, establecer un orden que le permita a los individuos orientarse en un mundo material y social y dominarlo; y segundo permitir la comunicación entre los miembros de una comunidad al proveerlos con un código para el intercambio social y para nombrar y clasificar sin ambigüedades aspectos

de su mundo y de su historia individual y grupal (Moscovici, 1979, citado en Materán, 2008, p.244).

También funciona como justificación sobre las decisiones y conductas que se presentan en las interacciones sociales (Materán, 2008).

Seguidamente, Materán (2008), afirma que “Las representaciones sociales fueron entendidas por Serge Moscovici, como conocimientos de sentido común, alejados del conocimiento científico, creados socialmente por un grupo” (p.2).

En este orden de ideas, conocer o establecer una representación social implica determinar qué se sabe, lo que hace alusión a la información; qué se cree y cómo se interpreta en el campo de la representación para así poder responder mediante acciones o comportamientos frente a un fenómeno de la vida. Las representaciones sociales, como lo afirman Moscovici, Carugati y Palmonari, producen, orientan las conductas y la comunicación social de los sujetos, permitiendo así consolidar una construcción social de la realidad (Materán, 2008).

**Menstruación.** La concepción de la menstruación ha variado a lo largo del tiempo y a través de la historia. De acuerdo con las distintas cosmovisiones culturales, se la define de distintas formas.

Desde la perspectiva biológica se concibe a la menstruación como un proceso natural y saludable, que constituye mes a mes una gran utilidad que coadyuva a la salud de las mujeres, siendo considerada miserable la mujer que no la tiene (Cárdenas, 1591).

Por otro lado, Eraso (2015) alude a la comprensión que tenía el médico Astruc sobre la menstruación:” (...) feminizaba el cuerpo de las mujeres y recordaba mensualmente el destino para el que la anatomía las había deparado: ser madres”.



Este proceso femenino que aparece en la pubertad y que se repite periódicamente, aproximadamente cada mes, abarca múltiples manifestaciones, sin embargo, la más visible es un flujo de sangre, que desde el útero, llega a la vagina y la vulva. Es un proceso fisiológico, que con el transcurrir del tiempo, “ha recibido diferentes nombres, como *mes, curso, período, menstuo, enfermedad, flores, mensualidades, tiempos, catamenia, épocas ordinarias*, etc.” (Iglesias, 2009).

El ciclo menstrual o ciclo femenino, generalmente consta de veintiocho días y se cuenta desde el primer día de la menstruación. La ovulación se presenta en el día 14 del ciclo, es decir, cuando los ovarios liberan un óvulo para que sea fecundando, caso contrario, si no ocurre la fecundación, catorce días después se producirá la menstruación. El ciclo menstrual se divide en cuatro fases que son explicadas por la ginecóloga Bertolino (2012):

*Fase folicular (menstruación):* Va del día 1 al día 9

El día 1 del ciclo coincide con el primer día de la menstruación. En ese momento, el revestimiento interno del útero se desprende (sangrado menstrual). Durante la primera mitad de esta fase, sube el nivel de la hormona folículo-estimulante y se forma un nuevo óvulo. Y en la última fase, los ovarios producen más estrógeno y el revestimiento interno del útero se engrosa.

*Fase ovulatoria:* Va del día 10 al día 14

“Aumentan las hormonas folículo-estimulante y luteinizante. Esto hace que, por el día 14, se produzca la ovulación. El nivel de estrógeno alcanza su máximo punto y aumenta el nivel de progesterona. Son los días más fértiles”.

*Fase lútea (pre-menstrual):* Va del día 15 al día 28

Comienza alrededor del día 15, cuando los niveles de las hormonas folículo-estimulante y luteinizante empiezan a bajar. El revestimiento interno del útero termina de engrosarse. Si el óvulo no es fecundado, los niveles de progesterona y estrógeno disminuyen hasta el día 28. Es, entonces, cuando comienza la menstruación y llegamos, nuevamente, al día 1 de un nuevo ciclo.

Desde lo cultural, se ha relacionado a la menstruación con la luna por sus similitudes, entre ellas, lo cíclico. También se le atribuyen a la menstruación poderes sobrenaturales, algunos benéficos y otros nocivos y aunque la medicina ha aclarado las características biológicas del proceso menstrual, la menstruación sigue estando acompañada por concepciones religiosas y místicas en algunas culturas.

Iglesias (2009) menciona en su texto *La Menstruación: Un asunto sobre la Luna, venenos y flores* el origen de la palabra menstruación “(...) Está relacionada con la Luna, ya que deriva del griego *men*, menos, el mes, mes lunar; de *mené*, es, la Luna”.

Asimismo, el autor muestra la influencia que ejerce la luna en la expulsión de líquidos de la mujer y sus humores.

Se aceptan dos hechos que relacionan a la Luna con la menstruación: 1) El tiempo, por la semejanza entre la duración del calendario lunar y el ciclo de la menstruación; 2) La influencia que la Luna tiene sobre las mareas, que no pasó inadvertida para los antiguos, quienes rápidamente intuyeron que esa misma influencia se ejercía sobre los líquidos y humores del cuerpo.

(...) la Luna carece de luz propia y no es más que un reflejo del Sol; además de que atraviesa fases diferentes y cambia de forma. Lo anterior se hace más evidente al analizar el origen de la palabra Luna. Ésta deriva del latín Luna-ae, la Luna; por contracción de lucina, lo relativo al nacimiento, o dado a la luz; del luceo, xi, ere, lucir, brillar; de lux, lucis, la luz. (pp.280-281)

Según Iglesias (2009):

(...) la Luna, por ser cambiante y seguir un orden diferente es la imagen característica de la mujer. Los cambios que se aprecian durante el ciclo lunar reflejaban el mundo físico y psíquico de la mujer, como un signo de inconstancia y variabilidad tanto física como espiritual. (p.281)

Vásquez y Carrasco (2016) aluden a Douglas, Gómez, Meigs, Platt, Reyes Strathern y Steward en su artículo *Significados y prácticas culturales de la menstruación en mujeres aymara del norte de Chile. Un aporte desde el género a los estudios antropológicos de la sangre menstrual* para definir a la menstruación como “proceso sociobiológico comenzó a entenderse como poseedora de un carácter mágico, esencialmente singular, e incluso como productora de estatus femenino representado en su capacidad reproductiva” (p.101).

Dentro de las concepciones religiosas, se identifican creencias negativas hacia la menstruación. El Antiguo Testamento presenta en una sección la enfermedad y los flujos corporales. Dentro de esta sección, “La menstruación se describe como <<su impureza>> y convierte a las mujeres, y a todo lo que tocan o aquello en lo que se sientan, en impuro durante siete días” (Zinser y Anderson, 2007, p.45).

Se observa que esta

<<impureza>> periódica de las mujeres era otra razón para excluirlas de los deberes religiosos en el interior del templo. La creencia de que las mujeres sanas se vuelven contaminantes una vez al mes, debido a un proceso natural que no puede ser controlado, contribuye de modo inevitable a la idea de que las mujeres son inferiores a los hombres por naturaleza. (Zinser y Anderson, 2007)

Este proceso femenino le otorga valor a la mujer al tener la capacidad de dar vida a otro ser. En el libro *Historia de las mujeres: Una historia propia* (2007) se afirma que:

La menstruación y su consecuente capacidad para tener hijos otorga a las mujeres una función y un valor obvios para su grupo; los hombres no tienen un equivalente natural. La mujeres se hacen mujeres y adquieren valor por medio de procesos físicos naturales: la menstruación, la concepción, la maternidad, la lactancia. (Zinser y Anderson., 2007, p.34)

Con relación a la primera menstruación, menarca, se trata de un acontecimiento relevante dentro de la vida de niña, pues es la transición de la infancia a la adultez.

Castillo (2013) afirma:

La menarca, que se refiere al primer período menstrual, es el evento que marca la pubertad en las mujeres. La edad de la menarca varía entre los 9 y 16 años. Aún cuando la primera menstruación significa cierto grado de madurez en el desarrollo uterino, la menarca no implica que ya exista una plena capacidad reproductiva. Los primeros ciclos menstruales son irregulares, y suele haber un intervalo de esterilidad puberal tras la primera menstruación... A pesar de que la menarca solo es uno de los múltiples eventos

biológicos que ocurren durante la pubertad, tiene un significado especial, y es considerada como un punto de transición importante en la vida de las mujeres. (p.15-16)

A su vez, Zeolla (2013) indica los cambios característicos que se presentan en este evento de la vida de una mujer.

Concomitantemente con la aparición de la menarca se producen cambios biológicos característicos, tales como: aparición del vello pubiano, modificaciones en la configuración de la cara, que se hace más redondeada, por relleno panículo-adiposo, cambios en la tonalidad de la voz, que va perdiendo sus características infantiles, tornándose más armoniosa y modulada. (p.6)

**Cultura y comunidad Embera Chamí.** La cultura de un pueblo es la expresión de sus pensamientos, formas de vivir y relacionarse entre sí. Para ampliar este concepto, Harris (2001) cita a Tylor (1871) en su libro *Antropología cultural*, en el cual se aborda el término cultura. “La cultura... en su sentido etnográfico, es ese todo complejo que comprende conocimientos, creencias, arte, moral, derecho, costumbres y cualesquiera otras capacidades y hábitos adquiridos por el hombre en tanto que miembro de la sociedad” (Tylor, 1871, citado en Harris, 2001, p.20).

En el texto *Una propuesta para la definición y el tratamiento de la cultura* (2002), Montes asegura que: “(...) el término Cultura tiene además una vinculación con el comportamiento, y no sólo con el conocimiento, en cuanto que refleja la adquisición de hábitos sociales y la capacidad para comportarse socialmente.

Los Embera Chamí preservan varios elementos de su cultura, sin embargo, viven procesos de aculturación al estar dispersos dentro de la geografía colombiana. La comunidad es

considerada como el pueblo indígena con mayor dispersión territorial en Colombia (Arango, 2017).

A pesar de los procesos de conquista, colonización y contacto con otras culturas, los Embera conservan algunos elementos propios como: su idioma, tradición oral, jaibanismo y organización social (Organización Nacional Indígena de Colombia, 2018).

Una de sus tradiciones más representativas constituye la celebración del *pârûkâ*, ceremonia de la menarca, en la que la joven es aislada de todo contacto con la comunidad, solo puede estar en contacto con su madre. Este aislamiento dura una semana. Al finalizar la semana, la joven es re-integrada y se la pinta con tinturas de origen vegetal, cortándole también el cabello, significando que es virgen (Arango, 2017).

Paruká es un ritual que se realiza cada vez que a una muchacha le llega su primer periodo de menstruación. Se celebra dándole la bienvenida a ella en la nueva etapa de vida, ya que a partir de ahí se declara la transformación biológica de la era adolescente a la era de adultez. (Siagama, 2017)

Al interior de la comunidad existe la creencia de un ser superior, ellos profesan el Catolicismo. Sus antepasados creían en los dioses *Tutriaka* y *Carabí*. “*Tutriaka* en castellano es similar a la palabra “*demonio*”” (Siagama, 2017). *Carabí* por su parte “fue muy santo, y de bien, lucha siempre con su adversario *Tutriaka*” (Siagama, 2017).

El Ministerio de Cultura República de Colombia (2010) hace referencia al aspecto económico de la comunidad que se enriquece por los trabajos que realiza la comunidad con diferentes materiales propios de su territorio:

Su economía está sustentada en el cultivo del maíz, seguido por el plátano. Del maíz extraen la harina que llaman “Monía“. También se destacan por ser buenos cazadores, labor desarrollada por los hombres, mientras las mujeres se dedican al cuidado del hogar, la pesca, la huerta casera y cría de especies menores. (p.1)

### **Método**

Según los autores Blasco y Pérez (2007), en la investigación cualitativa se pretende comprender a cabalidad las realidades de las personas, su comportamiento y manifestaciones tal y como ocurren en sus contextos habituales. Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, talleres, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes.

La investigación sobre las representaciones sociales del período menstrual de la comunidad Embera Chamí en Antioquia, Colombia fue cualitativa ya que con esta se buscaba comprender los significados que ellos le otorgan al período menstrual. Con esta investigación no solamente se pretendía observar cómo vive la comunidad el período menstrual, sino identificar si este proceso modifica o no sus comportamientos del día a día. La metodología se dirigió a dialogar con cuatro líderes de la comunidad ya que para comprender el significado que esta le otorga al fenómeno de la menstruación, debía primar su discurso. Para lograr la comprensión de

este, se usaron técnicas cualitativas y subjetivas, es decir, hubo interacción entre la investigadora y el objeto de estudio.

En términos generales puede decirse que existen dos categorías de investigación y análisis de las condiciones de un fenómeno. “Dentro de las técnicas subjetivas se considera que la valoración será realizada por el mismo individuo y por lo tanto, puede establecerse por medio de entrevistas semiestructuradas o cuestionarios individualizados” (Castillo y Prieto, 1981, p.49).

Las técnicas subjetivas:

Están orientadas a recoger y organizar información sobre la estructura psicológica y los procesos de las visiones subjetivas o significados personales acerca de uno mismo y el mundo. Pretenden captar sus construcciones personales, estudiar sistemáticamente la estructura de su subjetividad. Surgen en el seno de teorías que defienden el valor de las construcciones subjetivas a la hora de comprender la conducta y las emociones. (Miralles, 2011, p.1)

Otro método que se siguió, fue el inductivo, para así descubrir la realidad de los Embera Chamí respecto a este proceso femenino. Las interpretaciones que se tienen de la mayoría de fenómenos sociales son relativas puesto que siempre esa interpretación es proporcionada por un sujeto que piensa, siente y conoce de distintas maneras a los demás gracias a múltiples variables que lo rodean y que le dan la libertad de crear su propio conocimiento: como su cultura, religión, costumbres, tradiciones, época histórica en la que se encuentre el individuo. Se procuraba comprender desde el interior de esta comunidad no desde el exterior, es decir, no desde la opinión de la investigadora.



## Diseño de Investigación

La presente investigación fue de tipo hermenéutico pues respondía a la interpretación cultural o contextual de la población donde se aplicó. Además la caracterización e interpretación subjetiva por parte de la investigadora, demostró su carácter hermenéutico, el cual es considerado como una especie de rito de iniciación por el que todo investigador social debe transitar para ser apreciado como tal. El estudio buscaba acercarse a las representaciones sociales que están en la base de la comprensión que tiene la comunidad sobre la menstruación.

La hermenéutica es un método eminentemente cualitativo (Apud, 2013) ya que por medio de este se posibilita el acercamiento a la realidad de un individuo o de un grupo de individuos con el objetivo de obtener información sobre el tema de interés, así como su comprensión e interpretación (Pérez, 2012). La hermenéutica busca comprender los fenómenos sociales desde el punto de vista de aquellos sujetos que integran un grupo (Pérez, 2012). Al aplicar o realizar el enfoque hermenéutico en esta investigación se pudo hacer una interpretación de las realidades de los integrantes de la comunidad; comprender, identificar e indagar acerca de las creencias, acciones y comportamientos en torno a la menstruación. Además de un método cualitativo es un *método multi-técnico* (Apud, 2013), de allí su talante holístico lo que permite al investigador situarse desde diversas disciplinas que enriquezcan la observación del campo.

Se hizo énfasis en la observación participativa pues, por medio de ella, se logró llegar a la comprensión e interpretación de la realidad en la cual participa el investigador (Galeano y Vélez, 2002). La observación participativa es precisamente, “todo aquello que puede ser observado por el investigador, vinculándose a la población (...) acudiendo a técnicas como la observación” (Galeano y Vélez, 2002, p.42).

## Participantes

La población seleccionada constó de cuatro participantes de la comunidad indígena Embera Chamí ubicada en el Resguardo Cristianía en el municipio de Jardín, Antioquia, Colombia. Participaron dos mujeres lideresas de la comunidad con un rango de edad comprendido entre los 20-80 años y dos hombres líderes entre los 20-80 años. Son individuos que hacen prevalecer algunas de sus tradiciones y costumbres, lo cual es interesante para analizar. Adicionalmente, existen pocos estudios realizados sobre esta comunidad.

Los adultos son los miembros que tienen un transcurso largo dentro de la comunidad y que, por lo general, se arraigan más a las costumbres pasadas, por lo cual es importante tener un acercamiento a ellos. Los líderes y lideresas Embera Chamí son los miembros que mayor impacto logran generar en la comunidad, por lo cual son una fuente de información muy relevante al ser referentes para los demás individuos. Las mujeres que ya han vivenciado durante varios años la menstruación, pueden tener un concepto estructurado sobre lo que representa la misma para ellas, por lo cual, son claves para la investigación.

Los cuatro entrevistados, por motivos de anonimato y confidencialidad, se nombrarán con la sigla E numerada del 1 al 4. Son los siguientes; una mujer de 73 años (E1) y otra de 65 años (E2); un hombre de 60 años (E3); y otro de 28 años (E4).

Los entrevistados son: (E1), es *jâibâña*, médica ancestral y partera por lo cual ha tenido una relación estrecha con los procesos que vivencian las mujeres y se le otorga un saber especial y un reconocimiento dentro de la comunidad. E2 participa en las reuniones de La Asociación de Mujeres de la comunidad donde se tratan temas de interés y de derechos de las mujeres Chamí. E3 es miembro de la Emisora Embera Chamí y docente, el cual genera un impacto significativo

en la educación de la comunidad y E4 que es líder de los jóvenes y que realiza múltiples campañas para la comunidad en distintos temas de interés: Salud y educación sexual, derechos de los jóvenes, sentido de pertenencia de las comunidades indígenas, preservación de las tradiciones ancestrales, entre otros.

## **Instrumentos**

En primer lugar se tuvo en cuenta que la investigación, al ser regida por el diálogo e interpretación constante de los acontecimientos, se podrán modificar los instrumentos y el método a seguir será flexible. La investigación se va construyendo y “(...) cobra sentido desde la finalidad y al finalizar” (Universidad Alberto Hurtado, 2014, p.3).

Se utilizó la técnica de entrevistas semiestructuradas, es decir, dependiendo de las respuestas de los participantes, se seguirán realizando otras preguntas pertinentes. Se buscó indagar acerca de la experiencia de la menarca y lo que esta evoca para poder adentrarse al tema de manera más profunda y encontrar la relación que tiene la comunidad con la menstruación.

Según Díaz, Torruco, Martínez y Varela (2013):

La entrevista se define como “una conversación que se propone con un fin determinado distinto al simple hecho de conversar”. Es un instrumento técnico de gran utilidad en la investigación cualitativa, para recabar datos (...) la semiestructurada por ser flexible, dinámica y no directiva.

La entrevista semiestructurada se asocia con la apertura y facilidad con las cuales los sujetos entrevistados podrán expresar sus puntos de vista, sin estar regidos por un cuestionario rígido o una entrevista estandarizada (Díaz et al., 2013).

## **Procedimiento**

El trabajo de campo que se llevó a cabo con la comunidad Embera Chamí requirió hacer un contacto previo con autoridades del cabildo para poder ingresar al Resguardo en Cristianía bajo la compañía de un guía. Se envió por correo electrónico un resumen del trabajo de grado y el consentimiento informado para que hubiera conocimiento previo a la visita al Resguardo. José Norberto Tascón Niaza, el representante del cabildo y persona encargada de autorizar el ingreso al Resguardo, solicitó conocer el tema a investigar para poder buscar miembros de la comunidad que fueran idóneos y tuvieran la disposición para aportar a la misma, también para asegurar que no haya malos entendidos con la comunidad.

Se debe tener en cuenta que para poder tener un contacto con la comunidad es obligatorio: Realizar una entrega de los resultados de la investigación, dejar en el Resguardo un documento firmado por la investigadora que garantice que la información recopilada tendrá únicamente fines académicos, efectuar un aporte económico de 8.000 COP por cada persona que ingrese al Resguardo y 50.000 COP por día para contar con el acompañamiento de un guía que debe vigilar constantemente el proceso de investigación. Adicional, el guía asignado para acompañar el proceso de investigación, debió buscar un lugar adecuado para consumir las entrevistas con cada participante ya que el tema a investigar es íntimo.

Dentro de las herramientas que se utilizaron para poder ejecutar las entrevistas estaban presentes: Un consentimiento informado por participante, una grabadora profesional, un celular, una libreta para hacer anotaciones y un último elemento que serían las observaciones y conclusiones a modo de hallazgos realizadas por medio de los recursos antes mencionados.

El trabajo de campo fue un día completo, realizando un recorrido por el Resguardo para tener un acercamiento con la comunidad. Se visitó a ambas mujeres líderes en sus hogares ya que era donde se encontraban en el momento y se sentían cómodas allí. El líder de 60 años se encontraba en su lugar de trabajo, en la Emisora Embera Chamí y allí se llevó a cabo la entrevista. El hombre de 28 años prefirió realizar la entrevista en mi carro.

### **Aspectos éticos**

La primordial consideración ética se refiere a respetar en su totalidad las concepciones que maneja la comunidad sobre la menstruación, es decir, no tratar de llevar conceptos foráneos. En primer momento se garantizará que no se utilicen palabras de la cultura occidental, sino un vocabulario con el cual la comunidad se sienta cómoda y en confianza para participar en las entrevistas. Se debe tener en cuenta que es un tema íntimo el que se va a tratar con la comunidad Embera Chamí, por lo que se abordará estrictamente desde lo académico.

Se tendrán en cuenta las siguientes consideraciones éticas para el acercamiento a los indígenas:

- Código de identificación del sujeto que participe: La investigadora asignará a cada sujeto del estudio un identificador único para proteger la identidad de este y que se usa en lugar del nombre del sujeto cuando el investigador reporta acontecimientos adversos y/o algún otro dato relacionado con la investigación.
- Confidencialidad: La información recogida, será expuesta únicamente con fines académicos a los docentes encargados de la evaluación el trabajo investigativo.
- Consentimiento informado: La investigadora explicará a los participantes las características de la investigación y los aspectos relevantes de la misma de tal manera que cada sujeto participante

conozca el tema a tratar y tenga oportunidad de plantear cualquier duda o comentario. Cada participante debe consentir su deseo de contribuir en el estudio, caso contrario, si algún sujeto se opone, no se le realizará la entrevista y se tendrá en cuenta el por qué no deseó participar.

### **Limitaciones del Estudio**

Aunque las dos mujeres entrevistadas tenían edad avanzada, esta condición no hizo que los hallazgos variaran puesto que se trató de dos lideresas de su comunidad que están inmersas en procesos educativos y de transformación, lo cual las mantiene actualizadas con las problemáticas que viven las mujeres Embera. Ambas mujeres son referentes de tradiciones ancestrales que enriquecen su cultura.

### **Resultados**

En esta investigación se tuvo un acercamiento a las creencias, prácticas y experiencias de los participantes de la comunidad respecto al período menstrual. La información obtenida se organizó dividiéndola en dos categorías principales: cultura y menstruación. Dentro de la categoría cultura se encuentran las subcategorías: lenguaje, creencias ancestrales, tradiciones, interacción cultural y desconocimiento. En la categoría menstruación, se encuentran las subcategorías: concepción personal, menarca, síntomas, durante el período y prácticas actuales.

El entrevistado E4 colaboró con la siguiente información: En el Resguardo Cristianía, Jardín, habitan 1785 indígenas, que conforman 469 familias. La mayor parte de su población son niños, ya que por cada familia, se tienen entre 3 y 4 hijos. Con respecto a las leyes, ellos manejan sus propias leyes y derechos, la policía no puede ingresar a su Resguardo y la comunidad misma se encarga de resolver sus conflictos internos. Profesan el Catolicismo, tienen su propia emisora (Chamí estéreo, 90.3) por la cual realizan varias campañas educativas en torno a temas de

sexualidad, derechos humanos, etc. Dentro de las principales actividades de los chamiés se encuentra la elaboración del maíz y flechas, moldeo de piedras, actividades que tienen mucho contacto con las manos y la naturaleza.

## **Cultura**

Esta categoría permitió comprender cómo la comunidad se relaciona y vivencia el proceso natural de la menstruación.

**Lenguaje.** Los entrevistados utilizaron permanentemente términos propios de su lenguaje chamí, refiriéndose a los procesos, ritos, entre otros, de la menstruación. Esto denota una relación muy estrecha que tiene la comunidad con el lenguaje que les permite reconstruir pensamientos dentro de su cultura. Lo anterior puede evidenciarse en los siguientes fragmentos:

Ustedes en español dicen menstruación y nosotros en embera decía jedaco, decía que es que luna, tiempo de luna (E1).

(...) ahí los médicos tradicionales a hacerlen un ritual, que es el pârukâ, el pârukâ hacen un abarrote un tano altico donde dejan la niña ahí arriba (...) (E4).

(...) jâîbâna, como médicos tradicionales (GUÍA).

Se mantuvo un pequeño diálogo entre la entrevistada y el guía que acompañaba el proceso. La comunidad utiliza el término resollo para indicar el proceso de limpieza la sangre.

- Es que cuando las mujeres mantienen fértiles es por su periodo, el periodo de la vida de la mujer (GUÍA).
- El resollo (E1).
- En ese momento ella se está limpiando el cuerpo (GUÍA).

La entrevistada E2 alude al mismo término:

(...) sangre no es sangre normal, sangre mala nada más en el cuerpo, y uno se recoge y va botando, va botando ahí es el resollo de nosotras, eso es así.

**Creencias ancestrales.** Para poder comprender de dónde viene la relación estrecha que existe entre la mujer y la luna, fue relevante remitirse a la creencia ancestral del origen de la vida de esta comunidad. El médico tradicional, jáîbâna, proporcionó información sobre la creación de los seres humanos:

En el espacio dicen que el sol era un hombre, la luna que era una mujer. ¿Qué fue lo que pasó con estas dos planetas? El sol y la luna como eran seres humanos se enamoraron y eran hermanos y lo hicieron delante del dios Carabí. Hasta que dijo: “bueno, ¿cómo es esto? Ustedes son seres que lo hice. Usted que calienta mucho, usted es el hombre y usted que hace como cierta frialdad ya de noche pero que también presta ese servicio como para iluminar a nosotros, usted representa a las mujeres. Y siendo hermanos ya que están enamorando, te voy a separar en el espacio.” Entonces el dios Carabí dijo: “usted estará a un extremo en la planeta, en el espacio. Nunca se juntarán.” Entonces, por eso es que dicen y las mujeres cuando les dan período menstrual tiene que ver con la fase de la luna también. Eso ocurre. Son narraciones que van relacionando. (E3)

Una de las creencias sobre la menstruación la relaciona con la salud y la vida.

Es que cuando las mujeres mantienen fértiles es por su periodo, el periodo de la vida de la mujer (GUÍA).

Es, se dice pues que la menstruación está resollando la vida de uno siente como el cambio uno a lo menos yo escuchaba eso, la vida no marchita la cara. El cuerpo de uno



vive sano como aliviado con la vida; y cuando una persona no tiene su bebé, vive dizque que muy acabada y la vejez coge mucho, eso se con escuchaba eso. Yo no sé pues, a lo menos yo sentía muy bien, muy bien. (E2)

Por el contrario, cuando una mujer no presenta la menstruación, se cree que es un indicio de enfermedad y de muerte.

(...) aquí ha pasado niñas que desde que no se menstrúa y los padres y la mamá también se... “Ah no mi niña está bien, está bien”. ¿Bien? Oiga, qué bien se llegaban, bien para irse al cementerio. (E1)

Otra participante aseveró:

Ese es peligro porque si una niña no viene la menstruación la poquita edad que tiene hay que llevar onde el médico a ver qué es lo que tiene porque aquí una muchacha como de 15 o 16 años que no le llegó la menstruación, no ve que es que esa niña se murió. Se vino solamente para la nasal y comenzó a derramar sangre... Era una jovencita que se murió. Se llevaron al hospital y ya dijeron que ya en vez de bajar por la vagina, comenzó fue por la nariz. Por eso cuando ya sabiendo uno ya mamá desde que la menstruación no viene hay que llevarlo donde el médico. Hay que llevarlo porque a una le da miedo. (E2)

Por otro lado, todos los participantes manifestaron que la razón fundamental para llevar a cabo el rito de iniciación de la niña a su adultez, *pârûkâ*, se refiere a la debilidad e incapacidad que presenta la mujer y que mediante este rito ella logra transformar esas características a su favor y el de su comunidad.

La creencia es así hija. Eso dicen, decían pues mi madre. Uno desde niña es muy poca habilidad para trabajar en la cocina. Eso que es que para entregarse esa pereza que ella

llevaba, esa timidez del trabajo. Eso para botarlo y para repartir a cualquiera pero ella no.

(E1)

Otro participante informó:

Después de ese baño ella tiene que salir corriendo de ahí de ese charco hasta la casa porque si lo deja alcanzar de los 5 hombres que vienen atrás le dan juete, ¿por qué?, porque usted ahí se está poniendo perezosita, así le dicen: “¿está muy perezosa?, tenga pues, tiene que correr pa’ que no lo alcancen y ahí es que se ve el reflejo de una mujer que va a ser hábil, no es porque a luego preguntaran y ¿por qué la castigan?, no, es para que una muchacha sea hábil, sea despiertica, no sea una dormida. (E4)

A partir de esta creencia se fundamenta la celebración de la menarca.

(...) le conjuraban a la niña invocando al todo poderoso, que fuera honrada, honesta, sincera, responsable, en el caso que tuviera un compañero, tenía que ser muy responsable con sus hijos, fuerte para el trabajo que le transmitiera toda esa energía durante la celebración, y mujeres que fueron celebradas de esa manera que me tocó ver. Mujeres valientes para el trabajo madrugadoras que casi no sentían el cansancio. Eran fuertes para caminar y sabias para trabajar con las artesanías, con la cerámica, sabias para contar historias, sabias para narrar cuentos, mujeres ejemplares. (E3)

De igual manera, todos los entrevistados coincidieron en que la menstruación es una purificación, limpieza del cuerpo de la mujer, durante los días de su período, por lo que es prohibido para las mujeres realizar actividades en las que se vean involucradas las manos de las mujeres. Esta prohibición puede evidenciarse en los siguientes fragmentos:

Es prohibido de tocar cuando uno está en menstruación una mujer. Es prohibido de tocar lo que es plantas, frutas, verduras. Digamos como mango, zapotes, lo que hay. Eso es prohibido (E1).

...a mí me explicaba mi abuelo, sino que ese momento la mujer está en fertilización del cuerpo porque ustedes la mujeres cuando tienen el período se están limpiando, se están purificando como dice el dicho. Entonces, en ese momento, lo que ellas está purificando, se lo pasa a la planta. Un ejemplo, esto es un palo de naranjo, ella tiene el período y se subió a ese palo. Ese árbol echaba unas naranjitas grandes, comienza a echar una cosita así porque lo que ella estaba fertilizando el cuerpo, el mal se le llevó el palo. Eso pasa con todas las plantas. Por eso es que nosotros, cuando nos vamos a hacer motilar en el pueblo, uno no le va a preguntar a la peluquera: “¿usted tiene el período?” porque es una falta de respeto, no. Por eso es que nosotros los hombres, yo personalmente, no me hago motilar de una mujer.” “En ese momento ella se está limpiando el cuerpo.” “...en etnia indígena eso se maneja en vivo, esa creencia está ahí, esa creencia está ahí y esa creencia es válido. (GUÍA)

Otro participante contó por qué es prohibido que la mujer cocine natilla en sus días de menstruación.

Nosotros hemos analizado bueno por qué las mujeres en el período de relación no pueden manipular ciertas cosas, no sé qué pasará en ustedes (refiriéndose a la cultura occidental). Ejemplo, cuando están haciendo la natilla, una mujer en ese período no puede estar haciendo la natilla, se corta. Una mujer en ese período no se puede practicar como ciertas cosas, era prohibido en la cultura de nosotros. Totalmente prohibido (E3).

**Tradiciones.** Una de las tradiciones más importantes de la comunidad con respecto a las mujeres y sus períodos es celebrar la menarca ya que es un evento significativo porque la niña entra en período de fertilidad y además inicia su vida como adulta contribuyendo con sus labores al desarrollo de la comunidad.

...y las niñas son en tres celebraciones: de 10 años, 11 y 15 el último. A todas las mujeres les celebraban (E1).

El médico tradicional entrevistado, comentó cómo se celebra el pârûkâ.

Decían que cuando una niña tenía ya por primera vez el período menstrual se celebraba. ¿Qué hacían? Se convertía en una fiesta comunitario no familiar. Entonces en la comunidad creo que los hombres iban a cazar, a traer la carne del monte. Tal vez las mujeres entraban otras cosas puede ser el bastimento como dicen los arbácos que es el revuelto. El revuelto entonces sería la yuca, el plátano, la papa y otros de pronto dedicaban a buscar la leña. Otros a organizar el lugar donde las iban a encerrar a las niñas que entran como por primera vez en su vida con su período menstrual, y les mandaban dizque a hacer alimentos especiales. Y era utilizado hasta con plantas medicinales, tal vez acompañado por mujeres que eran guapas para el trabajo, por hombres guapos para el trabajo. La comida que era preparada por esa niña, no se la daban a cualquiera, sino a personas que eran valientes para el trabajo, valiente para la cacería, valiente para la pesca, eran asuntos de honor, porque ofrecían ese sacrificio de la niña, así como personas que tenían sus dones, no lo daban a cualquiera, y creo que le conjuraban a la niña invocando al todo poderoso, que fuera honrada, honesta, sincera, responsable, en el caso que tuviera un compañero, tenía que ser muy responsable con sus hijos, fuerte para el trabajo que le transmitiera toda esa energía durante la celebración, y mujeres que fueron celebradas de

esa manera que me tocó ver. Mujeres valientes para el trabajo madrugadoras, que casi no sentían el cansancio. Eran fuertes para caminar y sabias para trabajar con las artesanías, con la cerámica, sabias para contar historias, sabias para narrar cuentos, mujeres ejemplares. (E3)

**Interacción cultural.** Los dos varones entrevistados indicaron su preocupación por el impacto de la civilización en su cultura y lo ven como un factor negativo porque contribuye a que sus creencias ancestrales se pierdan y se adopten nuevas costumbres. A continuación se aprecian aportes de los entrevistados.

Hoy en día, me van a disculpar, pero hay que contarlo, por la presencia de la misma religión católica, ya nos introdujeron otros elementos en la parte espiritual, la misma religión, el contacto con la gente de ustedes. La misma educación, hoy en todos en estos benditos aparatos, la tecnología. Esto ha sido un contraste en la práctica cultural. (E3)

Yo llevo 10 años acá en Cristianía en donde la civilización acá, nos ha aporreado demasiado (...) Se está perdiendo la creencia de ser indio, eso es lo que nos preocupa a nosotros (E4).

Por el contrario, las entrevistadas manifestaron que la interacción cultural es positiva porque la juventud tiene acceso al conocimiento y los jóvenes están preparados para vivir todo lo que conlleva el proceso de la menstruación.

No, ahora ya no. Ya es preparadita porque por su civilización también. Por civilización, porque ya sabe muy bien. Bueno, no se me vaya a sentir vergüenza conmigo (...) (E1).

Adicional, el poder acceder a productos sanitarios, es algo que les permite mejorar su higiene y bienestar íntimo al sentirse más cómodas y con menos riesgo a sentir derrames menstruales.

Las hijitas mías cuando tenían la menstruación se llevaban las toallitas (E2).

**Desconocimiento.** Todos los encuestados informaron que sabían poco sobre la menstruación antes de la menarca. Sobre todo las mujeres comentaron que sus madres no hablaban con ellas acerca del período menstrual, por lo que indicaron que fueron expuestas a experiencias completamente negativas al vivir su menarca, pues no entendían lo que estaban sintiendo en su cuerpo; tuvieron mucho dolor y no hubo acompañamiento ni tratamientos para mitigarlo ni para el desconcierto propio de esta etapa, lo cual puede evidenciarse en los siguientes fragmentos.

Una de las entrevistadas comentó un diálogo que tuvo con su madre:

Porque mamá usted es muy bruta, perdón por lo que le digo. ¿Recordás madre, usted desde niña no me daba consejos, tiempo de menstruación? y ahora usted haga cuenta que yo estoy esperando un bebé. ¿Cómo se siente el dolor?” Qué emputada lo que se emputó conmigo y me dio golpe en mi cara. Solamente me dijo: “Me respeta en ese sentido. Cuando ya llega la hora, la ley de sentir, ahí nada más usted se va a dar cuenta. Pero ¿yo? No hay autorización de decir que esto, esto, esto”. Con ese golpe, bueno ahí fue. Mi mamá fue muy, será por ignorante. Yo no sé si todas las madres en ese época serán así.  
(E1)

Porque en la época de nosotros cuando fuimos creciendo, mi mamá a lo menos como dijo la otra señora, mi mamá a mí no me inculcó esas palabras. Mi mamá no me dijo que usted ya está grandecita tiene que saber cuidar, usted ya está, ya viene la menstruación. Eso es un peligro, no haga bobaderías por ahí. Ella no me dijo eso. Mi mamá pues, yo fui creciendo. Cuando yo tenía mis 10-11 años, yo pregunté a mamá que por qué venía la

menstruación. Ella me dijo: “Eh, ¿usted por qué es tan metida? ¿Por qué me dice eso? Usted no debe saber eso tal ahora” Entonces yo pregunté ¿y eso por qué mamá? Vea, quedó calladita, quedó callada. (E2)

## **Menstruación**

Esta categoría incluyó las concepciones personales de los entrevistados sobre la menstruación. También se incluyeron los criterios sobre la menarca, los síntomas y comportamientos durante el período.

**Concepción personal.** La menstruación es normal, es normal, es normal claro, pues una mujer, una mujer sin tenerse menstruación haga cuenta que no es una mujer, haga cuenta que no es una mujer (E1).

La menstruación, ¿qué será? será pues como Dios mandó eso así y hay que aguantar hasta que te quite eso. Yo creo que eso es normal, será porque decían pues a mí antes si se va la menstruación tiene que ir onde el médico para que volviera otra vuelta. Yo estuve ya cansada con eso (E2).

Que porque ya uno desde su menstruación, como digo yo, si uno no lo hace cuidar a la muchacha, uno tiene que decir muchas cosas a la hija o a la nieta a usted le vino la menstruación, usted tiene que cuidar, usted no tiene estar ahí fechorías con joven que porque quiere mucho (E2).

**Menarca.** Se les pidió a las mujeres que describieran sus experiencias de la menarca.

Yo, durante 17 años que me dio mi resollo, el primer menstruación, yo ni sabía. ¡Virgen santísima! Hijita, cuando me llegó mi período: ¡Ay, yo me quedé sin saber qué hacer!

Solamente yo en mi pensamiento: “Bendito Dios, ¿será que me vo´a morir con esto? ¿Esto sale es de a dónde?” Ay, me quedé sin saber qué hacer. Entonces yo no lo conté ni a ella, a ninguno pues” “Felicidad no fue pa’ mí niña. ¿Por qué? Porque en ese época le vo´a contar la historia de mi madre. Bueno niña, costumbre de mi madre desde en ese época fue así. Fue muy negativa pero completo, lo completo. (E1)

Después, como al 14 años, me puso a dolor es por acá la cadera y estos así, ¡ay el dolor de la pierna! Yo decía... oiga y esto ¿por qué uno está doliendo?, es que a mí me está doliendo mucho... ¡Ay madrecita mía bendita a los tres días me vino verdad, pero eso era un tremendo hemorragia y yo no sabía controlar! ¡Uy al baño, no no! ¡Ay no no, yo desesperada! Yo dije a la otra hermana que yo estaba así... ¡Ay no, era un infierno uno estar por allá! (E2)

**Síntomas.** En cuanto a los síntomas que señalaron los participantes aparece la hinchazón, el dolor y el malgenio.

Se hinchaba la barriga porque ese dolor de uno, cuando viene la menstruación siempre tiene que estar doliendo. Y cuando es seco es peor. Cuando seco, no está bajando la sangre y cuando no está doliendo, es directo, no baja pues. Cuando uno dolor tenía que hacer unos paños de agua para cocinar aguas caliente, o cocinar aguas de planta. Y tomaban caliente el agua... Mal genio si le da, porque una con tanto dolor, y teniendo oficios. (E2)

Un entrevistado expuso los síntomas que manifiesta su esposa en los días de su período.

- Ella en estos días me dice dizque cuando le llega el período le duele más el pie (E4).
- ¿El pie, un solo pie? (Claudia)



- No, los dos. Y por acá la cintura, por acá la columnita. Toda la cintura digámoslo así. Entonces yo le he dicho, yo cuando tiene eso “Ay amor me está doliendo mucho la cintura”, entonces yo la cojo en la cama y le digo: “amor acuéstese que yo le hago un masajito”. Ella me dice: “Es que ni el masaje lo siento, eso es muy adentro”. (E4)

**Durante el período.** Tanto los hombres como las mujeres comentaron que durante los días del período no tenían relaciones íntimas. Las mujeres porque se sentían incómodas y fastidiadas, y los hombres porque preferían respetar a la mujer que está delicada en esos días.

No, a uno en ese tiempo uno siempre se siente como fastidio y a la vez vergüenzas con el hombre, eso es todo mija, y eso es así uno estándose no, no, no, no (E1).

No, es que hacia esa época uno se todo incomoda, hacerlo respetar hasta que uno pasara eso (E2).

Uno de los hombres entrevistados, comentó la experiencia que ha tenido con su mujer cuando está con su período.

Cuando mi mujer tiene menstruación yo le digo “amor no hagas esfuerzo”, ese momento no tenemos relación porque hay que respetar, ese es un momento de ella, una semana enterito, hay que respetarla para que ella se purifique bien, para que se alivie, ahí puede haber una infección. (GUÍA)

**Prácticas actuales.** En cuanto a las prácticas actuales se halló que la comunidad está inmersa en procesos educativos con relación a todo lo que implica la menstruación, la fertilidad, la maternidad, los riesgos, la responsabilidad, entre otros, ya que quieren proporcionarles herramientas y suficiente información para que sepan qué sucede con sus cuerpos y las consecuencias y de sus actos.

Pero yo a mis 2 hijitas, yo no fui así porque a mí me dio muy duro de crecerse sin nada de información a nadie y yo aconsejé a los niños, mis muchachitos también. Yo le dije a este señor, yo le había dicho: “Benjamín, como padre, aconséjele a los niños. Los niños también pasa, pasa algo. (E1)

Pues es la creencia que decían en esa época. Esa época tuvieron muchos hijos, muchos, muchos. Hoy en adelante las muchachas ya no quieren tener muchos hijos. Ya con 1 dice ya no más. El dolor es en lo que más miedo da. Cuando uno ya pasa, ya sabe ya el dolor. (E2)

Comentaban los entrevistados que el pârukâ ya no se celebra en la actualidad porque se han ido perdiendo estas costumbres.

- Y a la que le llega la menstruación por primera vez, ¿ya nos les hacen encierro?  
(Claudia).
- No, ya no, tampoco (E1).

### **Discusión**

La menstruación es un acontecimiento determinante en la vida de las mujeres, es un morir y un nacer, morir a la infancia y nacer a la adultez. Durante esta transición, la niña experimenta múltiples cambios en su cuerpo por procesos hormonales que la dotan de la capacidad de dar vida. De esta manera, la menstruación constituye un elemento fundamental para la perpetuación de la especie por lo que los individuos le otorgan diversas representaciones sociales dependiendo de cada cultura. Dentro de las representaciones sociales de la comunidad Embera Chamí, se identificaron principalmente las siguientes:

## **Relación de la Menstruación con la Luna**

Desde el comienzo de los tiempos la menstruación ha tenido una estrecha relación con la luna para algunas culturas. Son tres las semejanzas identificadas: lo cíclico, el frío y la luz.

Referente a lo cíclico, Iglesias (2009) manifiesta que la luna tiene dos características fundamentales: reflejar la luz del sol y atravesar fases diferentes.

De la presente investigación se desprende que la relación de la luna con la menstruación es congruente con lo que indican los resultados obtenidos por Iglesias (2009) sobre las características cíclicas de ambas. “Su principal característica es su periodicidad...y como sucede cada mes, se asoció a ciclo lunar manifestando la influencia de este astro a la mujer” (p.279). El ciclo lunar corresponde a 29,53 días y el ciclo menstrual a 28, existiendo paralelismo.

Manifestó uno de los entrevistados,

“Entonces, por eso es que dicen y las mujeres cuando les dan período menstrual tiene que ver con la fase de la luna también. Eso ocurre. Son narraciones que van relacionando” (E3).

Existieron algunos pensadores de la antigüedad que reforzaron la creencia de que la mujer es débil y fría y el hombre es fuerte y caliente. Inclusive desde su anatomía el hombre es considerado como creación perfecta, mientras que la mujer es imperfecta. Esta frialdad se da debido a que no tiene la fuerza del hombre y a que las tareas que desarrolla no requieren tanto vigor por lo que no le es fácil eliminar las toxinas de su cuerpo y debe eliminarlas mediante la sangre.

Esta idea se afirma en el pensamiento del médico griego Galeno al manifestar que la mujer se mantenía constantemente en la casa y no tenía relación directa con el sol y su exceso de sangre era eliminado cada mes (Eraso, 2015).

Uno de los entrevistados dijo,

“Usted que calienta mucho, usted es el hombre y usted que hace como cierta frialdad ya de noche pero que también presta ese servicio como para iluminar a nosotros, usted representa a las mujeres” (E3).

Esta creencia de la comunidad sobre la capacidad de la mujer de iluminar se relaciona con el estudio de Iglesias del año 2009, en el cual presenta la etimología de las palabras luna y menstruación. El autor indica que la palabra menstruación “...deriva de *mene*, es, la Luna” (p.280) y luna “...deriva del latín *Luna-ae*, la luna; por contracción de *lucina*, lo relativo al nacimiento, o dado a la luz...” (p.280). La mujer tiene la capacidad de iluminar al igual que la luna, capacidad de dar vida.

### **Menstruación - Salud y Vida**

Con respecto a la menstruación, la comunidad la concibe como salud y vida para las mujeres ya que les da la posibilidad de purificar y limpiar su organismo cada mes, manteniéndolas sanas. Inclusive uno de los entrevistados comentó que su madre sentía fuertes dolores una vez que dejó de menstruar (E4).

En la actualidad la menstruación es un indicador del estado de salud de una mujer, por ello profesionales en el campo de salud incluyen este aspecto dentro de sus consultas. American Academy of Pediatrics y American College of Obstetricians and Gynecologists (2006) comprenden al ciclo menstrual como signo vital y elemento fundamental para el desarrollo normal en todas las dimensiones de la vida de una mujer. Por el contrario, cuando una mujer no menstrúa, se enferma y muere. La creencia radica en un caso que vivió la comunidad de una adolescente que no tuvo la menstruación y por lo tanto, tuvo una hemorragia nasal que la

condujo a la muerte ya que se considera que la sangre que no sale por la vagina, busca otro medio de salida, en este caso la nariz y no pudo ser contenida.

### **Celebración de la Menarca**

El pârukâ, celebración de la menarca, se basa en la creencia de poca habilidad e inferioridad que la mujer tienen con relación al hombre, y su finalidad es la de transmitir a la niña energía para que tenga habilidad en el trabajo, sea responsable con sus hijos, honrada, honesta, mujeres ejemplares, mediante oraciones, conjuros, actividades de purificación.

En el siguiente fragmento se constata la creencia de que la mujer es inferior al hombre:

“La creencia es así hija. Eso dicen, decían pues mi madre. Uno desde niña es muy poca habilidad para trabajar en la cocina. Eso que es que para entregarse esa pereza que ella llevaba, esa timidez del trabajo” (E1).

Zinser y Anderson (2007) indican que las mujeres son inferiores a los hombres por naturaleza.

Para determinar que la niña ya está lista para la celebración, la madre palpa sus senos y determina que ha llegado la hora del encierro, paso previo al pârukâ. La madre es la encargada de cuidar a la niña y el hombre se encarga de buscar los alimentos que se servirán dentro de la celebración. La comunidad en general participa de esta tradición. Se deduce que a la mujer se le asigna el rol de cuidadora y guía de la niña mientras que al hombre el de proveedor.

Los entrevistados coinciden en que esta celebración es propia de los Embera Chamí, constituyendo parte de su identidad. Una de las entrevistadas indicó que el factor económico está influyendo en la pérdida de esta costumbre porque no todas las familias tienen los recursos necesarios para celebrarla, perdiéndose poco a poco parte de su identidad.

De igual forma, los participantes hablan sobre el pârukâ y los beneficios que obtienen las niñas al celebrarlo, al pasar de la infancia a la adolescencia, convirtiéndose en mujer. Como señalan Salazar et al. (2001) en esta entrada a la vida adulta se hace una ceremonia de iniciación a una nueva etapa.

### **Purificación-Limpieza**

La menstruación es considerada como un proceso de purificación y limpieza de la mujer, en el que es prohibido tocar plantas, frutas, verduras y elaborar alimentos. Adicional, los entrevistados consideran que dejarse cortar el cabello por una mujer que tiene su período, no es conveniente. Esta creencia se basa en que al estarse purificando pasan el mal que están eliminando. Como señalan Salazar et al. (2001) en su investigación *Significado de la menstruación en las adolescentes*, la función predominante de la menstruación es de limpieza.

Tras el recorrido bibliográfico que se llevó a cabo, se identificó que estas prohibiciones hacia la mujer se mantienen hasta la actualidad, sin embargo, en algunas culturas la sangre es concebida como algo sucio, hasta peligrosa, prohibiendo el ingreso de la mujer durante su período a los templos, a la cocina, inclusive las discriminan. En esta comunidad se identificó que a la mujer menstruante no se la discrimina, porque está pasando por un proceso que requiere comprensión y apoyo.

### **Cuidados**

Durante el período menstrual se presentan algunos síntomas tales como hinchazón, dolor abdominal, falta de energía, mal genio, ira, cambios de humor y otros, que son aliviados mediante cuidados especiales tales como aplicarse paños de agua, tomar aguas de plantas, bañarse con agua tibia, no salir al sol, no lavar ropa, no hacer esfuerzos y principalmente estar

recostadas descansando. UNICEF Colombia (2015) señala que en comunidades indígenas del área rural en el Pacífico colombiano se brinda un acompañamiento a las niñas durante su período para el manejo del dolor por medio de plantas medicinales, abrigo y fuentes de calor local.

Adicional, con respecto a las relaciones íntimas durante el período, la pareja opta por no tenerlas por sentirse incómoda la mujer y presentar además dolor. Los entrevistados comentaron que las mujeres manifiestan vergüenza de compartir con su esposo ya que se siente fastidio y es importante respetar a la mujer en este tiempo de limpieza. Este comportamiento de abstinencia sexual está vigente en varias culturas, como lo señalan Crawford et al. (2014) al hablar sobre la prohibición a las mujeres en Nepal, por el Hinduismo, de compartir la cama con su esposo mientras menstrúan.

En el año 2015, UNICEF Colombia expuso que el 86% de las niñas indígenas que participaron en la investigación acerca de la *Higiene menstrual en las niñas de las escuelas del área rural en el pacífico colombiano*, dejaron de asistir a la escuela por los cólicos, incomodidad, falta de toallas, prefiriendo quedarse en casa. Una de las participantes comentó que en reiteradas ocasiones faltó al colegio por la falta de toallas higiénicas.

### **Conclusiones**

Las representaciones sociales de la comunidad Embera Chamí respecto del período menstrual emanan del propio origen de la vida humana. El soplo de su dios Carabí, que dio vida al hombre y a la mujer, representó al hombre con el sol y a la mujer con la luna. La comunidad tiene la creencia de que la menstruación se relaciona con la luna porque ambas tienen características cíclicas. Es por esta razón que denominan a este proceso femenino tiempo de luna.

Se identificó la creencia que tiene la comunidad de que la menstruación es vida. Por una parte, posibilita la maternidad y por otra, es salud para la mujer menstruante, ya que una de las funciones de la menstruación es purificar el cuerpo, realizando una limpieza al eliminar la sangre. Es importante resaltar que durante este tiempo de purificación se prohíbe a la mujer tocar plantas, manipular ciertos alimentos ya que transmite el mal que está eliminando. Con base en esta creencia de que la menstruación es vida, la falta de sangrado es muerte.

En este contexto, la menarca constituye un evento significativo que congrega a la comunidad en una celebración denominada *pârûkâ*, con un gran contenido de creencias ancestrales, rituales y comportamientos tendientes a convertir a las adolescentes en mujeres ejemplares.

Se concluyó que anteriormente las mujeres entrevistadas ocultaban el hecho de que estaban menstruando porque no comprendían lo que les estaba sucediendo en sus cuerpos, había mucho desconocimiento pues sus madres no compartían información al respecto llegando incluso a maltratar a la niña que se atrevía a preguntar qué era lo que le estaba pasando. También faltaban al colegio porque no tenían toallas higiénicas y temían experimentar derrames.

A partir de interacciones culturales, la comunidad ha ido perdiendo algunas de sus tradiciones respecto a la menstruación. Actualmente, no se celebra el *pârûkâ*. Esta pérdida de tradiciones preocupa en gran medida a varios líderes de la comunidad que ven cómo la juventud está perdiendo su identidad indígena al modificar su estilo de vida; sin embargo, algunas de estas interacciones culturales han generado impactos positivos, tales como el acceso a la información, el uso de productos sanitarios, métodos anticonceptivos, entre otros.



## Referencias

- Adukia, A. (2013). *Sanitation and Education*. Harvard University. Cambridge, Estados Unidos.
- Aflaq, F. y Jami, H. (2012). Experiences and Attitudes Related to Menstruation among Female Students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 27, 201-224.
- Alarcón, M., Alarcón, M. y Fuentes, L. (2006). Creencias, actitudes y vivencias mágicas. *Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología*, 57 (1), 19-26.
- Aliaga, J. (2007). *Orden Fálico: Androcentrismo y violencia de género en las prácticas artísticas del siglo XX*. Madrid, España: Akal.
- American Academy of Pediatrics y American College of Obstetricians and Gynecologists. (2006). *Menstruation in girls and adolescents: using the menstrual cycle as a vital sign*. Recuperado de <http://pediatrics.aappublications.org/content/118/5/2245.long>
- Apud, I. (2013). Repensar el método etnográfico. Hacia una etnografía multitécnica, reflexiva y abierta al diálogo interdisciplinario. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, 16, 213-235. doi: <http://dx.doi.org/10.7440/antipoda16.2013.10>
- Arango, S. (2017). *Organización Indígena de Antioquia*. Medellín, Colombia. Recuperado: <http://oia.org.co/embera-chami/>
- Bech, C., Owen, P., y Worden, J. (25 de Mayo de 2010). *Ciclo menstrual*. Valencia: España. Recuperado de <https://www.hola.com/salud/enciclopedia-salud/2010052545261/mujer/enfermedades-transtornos/ciclo-menstrual/>
- Bertolino, M.V. (2012, 13 de marzo). Conozca su ciclo menstrual. *REVISTA BUENA SALUD*. Recuperado de <http://www.revistabuenasalud.cl/conozca-su-ciclo-menstrual/>

- Brandtelid, I. Nilvér, H. y Alehagen, S. (2014). Menstruation During a Lifespan: A Qualitative Study of Women's Experiences. *Health Care for Women International*, 35, 600–616. doi: 10.1080/07399332.2013.86846
- Burrows, A. y Johnsons, S. (2005). Girls' experiences of menarche and menstruation. *Journal of reproductive and infant Psychology*, 23 (3), 235–249. doi: 10.1080/0264683050016584
- Cabré, M. y Salmón, F. (2013). *Sexo y género en medicina: una introducción a los estudios de las mujeres y de género en ciencias de la salud*. Santander, España: Editorial de la Universidad Cantabria.
- Cárdenas, J. (1591). *Problemas y secretos maravillosos de las Indias*. Recuperado de <https://archive.org/details/primerapartedelo00cr>
- Castillo, J. y Prieto, C. (1981). Una técnica subjetiva de investigación en condiciones de trabajo: las encuestas de satisfacción. *REIS: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 13, 49-63. doi: 10.2307/40182834
- Castillo, R. (2013). *Factores psicosociales relacionados con la edad de la menarca*. Universidad Veracruzana, Xalapa.
- Chrisler, J., Marván, M., Gorman, J. y Rossini, M. (2015). Body appreciation and attitudes toward menstruation. *ELSEVIER*, 12, 78-81. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.10.003>
- Crawford, M., Menger, L. y Kaufman, M. (2014). 'This is a natural process': managing menstrual stigma in Nepal. *Culture, Health & Sexuality*, 16 (4), 426-439. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/13691058.2014.887147>

- Crichton, J., Okal, J., Kabiru, C. y Msiyaphaziz, E. (2013). Emotional and Psychosocial Aspects of Menstrual Poverty in Resource-Poor Settings: A Qualitative Study of the Experiences of Adolescent Girls in an Informal Settlement in Nairobi. *Health Care for Women International*, 34, 891–916. doi: 10.1080/07399332.2012.74011
- Deutsch, H. (1944). The psychology of women; a psychoanalytic interpretation. Vol. 1. Oxford, England: Grune & Stratton
- Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2 (7), 162-167.
- Domínguez, G. (2010). *Reflexionar las relaciones de pareja entre hombres y mujeres en algunas historias del origen del pueblo Embera Katío*. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
- Donmall, K. (2013). What it means to bleed: an exploration of young women's experiences of menarche and menstruation. *British Journal of Psychotherapy*, 29 (2), 202–216 doi: 10.1111/bjp.12016
- Dubriwny, T. (2005). *Postpartum disorders and the psychiatric subject*. *Postpartum disorders and the psychiatric subject*. University of Georgia, Estados Unidos.
- Eraso, M. (2015). Mujeres peligrosas. Menstruación y limpieza de sangre. *Intervenciones en estudios culturales*, 2, 107-141.
- Galeano, M. y Vélez, O. (2002). *Investigación Cualitativa. Estado del arte*. Medellín: Universidad de Antioquia. Recuperado de <http://josemramon.com.ar/wp->

content/uploads/Estado-Del-Arte-Sobre-Fuentes-Documentales-en-Investig-  
Cualitativa.pdf

Garg, S., Anand, T. (2015). Menstruation related myths in India: strategies for. *Family Medicine & Primary Care*, 4, 184-186. doi: 10.4103/2249-4863.154627

Grisales, D. y Restrepo, J. (2016). *La identidad de la comunidad indígena Emberá Chamí y Dobidá en Medellín. Un proceso de aculturación*. UNIMINUTO. Medellín: Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Grose, R. y Grabe, S. (2014). Sociocultural Attitudes Surrounding Menstruation and Alternative Menstrual Products: The Explanatory Role of Self-Objectification. *Health Care for Women International*, (35), 677–694. doi: 10.1080/07399332.2014.888721

Harris, M. (2001). *Antropología cultural*. Madrid, España: Alianza Editorial.

Hernández, J. (2005). *Epistemología y sentido común*. Ciudad de México, México: Azcapotzalco.

Hunt, S. y Kam-Tuck, A. (2012). *The Ashgate Research Companion to Contemporary Religion and Sexuality*. New York, Estados Unidos: Routledge.

Iglesias, J. (2009). La Menstruación: un asunto sobre la Luna, venenos y flores. *ELSEVIER*, 45, 279-287.

Jewitt, S. y Ryley, H. (2014). It's a girl thing: Menstruation, school attendance, spatial mobility and wider gender inequalities in Kenya. *ELSEVIER*, 56, 137-147. doi: <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2014.07.006>

- Johnston, I. y Chrisler, J. (2011). The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma. *Sex Roles*, 68, 1-10. .doi: 10.1007/s11199-011-0052-z
- Kapoor, A., Khari, S. (2016) Knowledge, Attitude and Socio-cultural Beliefs of Adolescent Girls Towards Menstruation. *J Nepal Paediatr Soc.*, 36, 42-49. doi: <http://dx.doi.org/10.3126/jnps.v36i1.14386>
- Leena, S. (2016). A Descriptive Study on Cultural Practices about Menarche and Menstruation. *Nitte University Journal of Health Science*, 6 (2), 10-13.
- Livi, A. (1995). *Crítica del sentido común: lógica de la ciencia y posibilidad de la fe*. Madrid, España: RIALP S.A.
- Materán, A. (2008). Las representaciones sociales: un referente teórico para la investigación educativa. *Geoenseñanza*, 13 (2), 243-248.
- Merienne, A. (2016). *Flores venenosas: Un acercamiento etnográfico a los significados de la sangre femenina a partir de tres generaciones de mujeres en Ráquira-Boyacá*. Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia
- Meštrović, T. (2015). Evolución de la menstruación. *New Medical Life Sciences*, Recuperado de [https://www.news-medical.net/health/Menstruation-Evolution-\(Spanish\).aspx](https://www.news-medical.net/health/Menstruation-Evolution-(Spanish).aspx)
- Ministerio de cultura República de Colombia. (2010). *Embera Katío*. Recuperado de [https://www.mininterior.gov.co/sites/default/files/upload/SIIC/PueblosIndigenas/pueblo\\_ember\\_katio.pdf](https://www.mininterior.gov.co/sites/default/files/upload/SIIC/PueblosIndigenas/pueblo_ember_katio.pdf)
- Miralles, F. (22 de enero de 2011). *Las técnicas subjetivas*. Madrid, España. Recuperado de <https://www.psicode.com/resumenes/7evaluacion.pdf>

- Mohamadirizi, S. y Kordi, M. (2013). Association between menstruation signs and anxiety, depression, and stress in school girls in Mashhad in 2011-2012. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 18 (5), 402-408.
- Montes, Á. (06 de Febrero de 2002). *El concepto de cultura* Murcia: Universidad de Murcia.  
Recuperado de [http://enxarxats.intersindical.org/nee/CE\\_defcultura.pdf](http://enxarxats.intersindical.org/nee/CE_defcultura.pdf)
- Mora, M., Grisales, D. y Restrepo, G. (2016). *La identidad de la comunidad indígena Emberá Chamí y Dobidá en Medellín. Un proceso de aculturación*. UNIMINUTO, Bello, Colombia.
- Moscovici, S. (1979). *El psicoanálisis, su imagen y su público*. Buenos Aires, Argentina: Anesa – Huemul.
- Organización Nacional Indígena de Colombia. (2018). *Embera Eyabida - Embera Katío*.  
Recuperado de <http://www.onic.org.co/pueblos/1096-embera-katio>
- Orringer, K. y Gahagan, S. (2010). Adolescent Girls Define Menstruation: A Multiethnic Exploratory Study. *Health Care for Women International*, 31, 831–847. doi: 10.1080/07399331003653782
- Pérez, Á. (2012). La etnografía como método integrativo. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 41 (2), 421-428.
- Pérez, J., Blasco, J. (2007) *Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte: ampliando horizontes*. Alicante, España: Editorial Club Universitario
- Piñero, S. (2008). La teoría de las representaciones sociales y la perspectiva de Pierre Bourdieu: Una articulación conceptual. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, (7), 1-19.

- Salazar, F., Vázquez, É. y Rojo, A. (2001). Significado de la menstruación en las adolescentes. *HIES (Hospital Infantil del Estado de Sonora)*, 18, 63-69
- Sayan, A. Çevirme, H., Karaoğlu, L., Uğurlu, N. y Korkmaz, Y. (2010). The Perception of menarche and menstruation among turkish married women: attitudes, experiences, and behavior. *Social behavior and personality*, 38 (3), 381-394. doi: 10.2224/sbp.2010.38.3.381
- Schooler, D., Ward, L., Merriwether, A. y Caruthers, A. (2005). Cycles of Shame: Menstrual Shame, Body Shame, and Sexual Decision-Making. *The Journal of Sex Research*, 42 (4), 324-334.
- Siagama, L. (2017). *El pensamiento Embera Chamí: un análisis filosófico*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia-UNAD, Medellín, Eje Cafetero, Colombia.
- Sommer, M., Chandraratna, S., Cavill, S., Mahon, T. y Phillips, P. (2016). Managing menstruation in the workplace: an overlooked issue in low- and middle-income countries. *International Journal for Equity in Health*, 15 (86), doi: 10.1186/s12939-016-0379-8
- Sommer, M., Sutherland, C. y Mouli, V. (2015). Putting menarche and girls into the global population health agenda. *BioMed Central*, 12 (24), 1-3. doi: 10.1186/s12978-015-0009-8
- Tapasco, L. (2008). *El desplazamiento del Emberá Chamí, y su nueva cotidianidad en la ciudad de Pereira: Una mirada desde una comunidad indígena asociada, con las políticas de desplazamiento*. Universidad Tecnológica de Pereira UTP, Pereira, Colombia.
- Thomas, E. (2008). *The rhetoric of the modern american menstrual taboo*. Miami University, Oxford, Estados Unidos.

UNICEF. (2015). *Higiene menstrual en las niñas de las escuelas del área rural en el pacífico colombiano* Recuperado de <http://unicef.org.co/informes/higiene-menstrual-en-las-ninas-de-las-escuelas-del-area-rural-en-el-pacifico-colombiano>

Universidad Alberto Hurtado. (2014). Recuperado de <http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/267/Dise%C3%B1o%20Investigaci%C3%B3n%20Cualitativa.pdf>

Vásquez, M., Carrasco, A. (2016). Significados y prácticas culturales de la menstruación en mujeres Aymara del norte de Chile. Un aporte desde el género a los estudios antropológicos de la sangre menstrual. *Chungara, Revista de Antropología Chilena*, 49 (1), 99-108. doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-73562016005000036>

Zeolla, H. (2013). *La menarca*. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <http://www.doctorzeolla.com/publicaciones.html>

Zinser, J. y Anderson, B. (2007). *Historia de las mujeres: Una historia propia*. Madrid, España: Crítica Barcelona.



## **Anexos**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**Título:** Un acercamiento a las representaciones sociales del período menstrual de la comunidad Emberá Chamí en el Resguardo Cristianía, Jardín, Antioquia, Colombia

**Investigadora:** Claudia Patricia Santoliva Echeverri

**Lugar:** La investigación se llevará a cabo en el Resguardo Cristianía en el municipio Jardín, Antioquia, Colombia

#### **Introducción:**

Usted \_\_\_\_\_, ha sido invitando a participar de la investigación “Un acercamiento a las representaciones sociales del período menstrual de la comunidad Emberá Chamí en el Resguardo Cristianía en el municipio Jardín, Antioquia, Colombia”. Antes de que usted decida participar en el estudio se le solicita que por favor lea este consentimiento cuidadosamente. Haga todas las preguntas que usted considere, para asegurarse de que entiende los procedimientos del estudio, incluyendo los riesgos y los beneficios.

#### **Propósito del estudio:**

El objetivo general de esta investigación es comprender las representaciones sociales que tiene la comunidad Emberá Chamí respecto al período menstrual.

**Participantes del estudio:**

El estudio requiere de la participación de 4 líderes (2 hombres y 2 mujeres) de la comunidad indígena Emberá Chamí en Antioquia y que tengan un rango de edad comprendido entre los 20 y 60 años de ambos sexos.

**Procedimientos:**

En caso de aceptar, usted deberá participar en una entrevista en la cual se le realizarán preguntas que indagan sobre sus concepciones del período menstrual y cómo se relaciona usted con la menstruación. Este procedimiento dura aproximadamente entre 45 minutos a 1 hora.

**Riesgos o incomodidades:**

Esta investigación no involucra ningún tipo de riesgo físico, psicológico, ni moral. Sin embargo, puede generar incomodidad el tema del período menstrual; si este es el caso, usted podrá expresar que no desea responder alguna pregunta específica o retirarse de la investigación.

Si usted considera que se pone en riesgo su integridad, podrá expresarlo a la investigadora o a quien crea necesario.

**Beneficios:**

Debe quedar claro que usted no recibirá ningún beneficio económico por participar en este estudio. Su participación es una contribución para el desarrollo de la ciencia y el conocimiento de las representaciones sociales del período menstrual de su comunidad y solo con la contribución solidaria de muchas personas como usted será posible la comprensión de este tema. Usted podrá acceder a los resultados de la investigación al finalizar el proyecto.

**Privacidad y confidencialidad:**

La información personal que usted dará en el curso de este estudio permanecerá en secreto. A las encuestas se les asignará un código de tal forma que los evaluadores de la investigación, no conocerán su identidad.

Los resultados de esta investigación pueden ser publicados en revistas científicas o ser presentados en reuniones científicas, pero la identidad suya no será divulgada.

**Derecho a retirarse del estudio de investigación:**

Usted puede retirarse del estudio en cualquier instante. Sin embargo, los datos obtenidos hasta ese momento seguirán formando parte del estudio a menos que usted solicite expresamente que su información sea borrada de nuestra base de datos. Al retirar su participación usted deberá informar a la investigadora si desea que sus respuestas sean eliminadas y no se tendrán en cuenta.

No firme este consentimiento a menos que usted haya tenido la oportunidad de hacer preguntas y recibir contestaciones satisfactorias para las mismas.

Yo, \_\_\_\_\_ identificado(a) con C.C.  
número \_\_\_\_\_, autorizo a  
\_\_\_\_\_, estudiante de Psicología del  
semestre (#9) de la Universidad EAFIT, a llevar a cabo la observación y análisis para su trabajo  
de investigación, con el fin de conocer sobre la cultura de la comunidad Emberá Chamí en  
Antioquia.

Conozco que la información derivada de esta investigación, será confidencial y utilizada únicamente con objetivos académicos y que la participación mía no implica ningún peligro para mi integridad o la de mi comunidad.

**Nombre:**

**Fecha:**

**Firma:**